

MASTEROPPGAVE

Masterstudium i psykisk helsearbeid

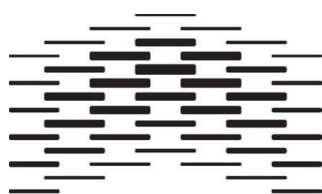
Mai 2017

Tilknytning, relasjon og kulturell identitet

Anne Julie Hagfors

Fakultet for helsefag

Institutt for sykepleie og helsefremmende arbeid



**HØGSKOLEN I OSLO
OG AKERSHUS**

Sammendrag

En pågående longitudinell studie ved Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress viser at barndomstraumer er mer avgjørende for voksne flyktningers psykiske helse og livskvalitet, enn senere traumer i forbindelse med krig og menneskerettighetsbrudd. Samtidig vet vi at menneskers tilknytningsmønstre aktiveres når de utsettes for truende og potensielt traumatiserende hendelser, og at disse mønstrene har stor betydning for hvordan traumatisk stress håndteres. «Adult Attachment Interview» (AAI) kartlegger tilknytningsmønstre hos voksne, og denne oppgaven tar utgangspunkt i ti slike intervjuer med traumatiserte flyktninger som er informanter i studien ved NKVTS. Gjennom kvalitativ analyse av meningsinnhold søker oppgaven å finne hvordan flyktingene selv beskriver barndommens tilknytningsrelasjoner, og hvilken betydning disse tillegges i voksenlivet. Resultatet av analysen er at informantene beskriver relasjonene gjennom de rollene foreldrene fylte i deres barndom. Rollene som skildres er forsørgeren, oppdrageren, den tilstedeværende/fraværende, den trygge/utrygge og formidleren av verdier. Som voksne forklarer informantene foreldrenes måte å relatere til dem som barn, ut fra den kultur og kontekst oppveksten fant sted i. De vektlegger særlig hvilke verdier som ble formidlet til dem som barn, og ønsker å videreformidle disse til egne barn. Informantene erkjenner at barndommens tilknytningsrelasjoner virker inn i voksenlivets relasjoner til partnere og egne barn. Etter flere år i Norge er flyktingenes kulturelle identitet fortsatt sterkt forankret i opprinnelseskulturen, og kommer til uttrykk når barndomserindringene gjenfortelles.

Nøkkelord: Tilknytning, relasjon, traume, identitet, flyktning, kultur, AAI

Abstract

An ongoing longitudinal clinical study of refugees in Norway suffering from post-traumatic stress, shows that traumatic experiences in childhood is related to mental health and quality of life in adulthood, more so than later traumatic experiences of war and human rights violations. Through Adult Attachment Interviews the refugees' attachment patterns are examined, as we know these patterns to be important in coping with traumatic stress. This master's thesis is based on qualitative content analysis of ten such interviews in order to find how the refugees themselves describe their attachment relationships to their caregivers. The result found is that these relationships were defined by the roles the parents played in their children's lives. The roles were described as provider, upbringing, present/absent, safe/unsafe and conveyer of values. The cultural context of the upbringing explains the behavior of the parents when regarded from an adult's perspective. There seems to be awareness among most of the informants of values conveyed to them by their parents, and with this an urge to pass these values on to their own children. The informants acknowledge the influence of childhood attachment on their present relationships to partners and children. Although the refugees have lived several years in Norway, their cultural identity grounded in the culture of origin is apparent when retelling childhood memories.

Key words: Attachment, relationship, trauma, identity, refugee, culture, AAI

Innhold

Forord.....	1
1.0 Innledning.....	2
1.1 Bakgrunn for valg av tema.....	3
1.2 Forskningsspørsmål og problemstilling.....	4
1.3 Begrepsavklaring.....	4
1.4 Avgrensning.....	5
1.5 Formål med oppgaven.....	6
1.6 Forforståelse.....	6
1.7 Litteratursøk.....	7
2.0 Teoretisk rammeverk.....	8
2.1 Tilknytning.....	8
2.1.1 Trygg og utrygg tilknytning.....	9
2.2 Mentalisering.....	11
2.3 Relasjon.....	13
2.4 Relasjonstraumer/Tilknytningstraumer.....	14
2.5 Skam.....	14
2.6 Kultur og kontekst.....	17
2.7 Hukommelse.....	19
3.0 Vitenskapsteoretisk perspektiv.....	21
4.0 Metode.....	23
4.1 Kvalitativt forskningsintervju.....	23
4.2 Design.....	23
4.3 Valg av informanter.....	24
4.4 Etisk rammeverk.....	25
4.5 Analyse av data.....	26
4.6 Validitet og reliabilitet.....	27
5.0 Resultat av analysen.....	29
5.1 Relasjon og roller.....	29
5.1.1 Den som forsørger.....	29
5.1.2 Den som oppdrar.....	30
5.1.3 Den tilstedeværende / fraværende.....	33
5.1.4 Den trygge / utrygge.....	36

5.1.5	Formidler av verdier	38
5.2	Voksenlivet	39
5.2.1	Relasjon til partner	40
5.2.2	Relasjon til egne barn	42
5.2.3	Videreformidling av verdier.....	44
6.0	Drøfting.....	46
6.1	Drøfting av analysens resultat.....	46
6.2	Drøfting av analysens validitet og reliabilitet.....	54
7.0	Avslutning.....	56
	Referanser	57
	Appendix I.....	60
	Appendix II.....	61
	Appendix III.....	62
	Appendix IV	63

Forord

Å kunne studere underveis i sitt yrkesliv og parallelt med sin praksis som terapeut, er et stort privilegium. At det også er utfordrende og svært krevende, skal ikke benektes. Faglig påfyll i et tverrfaglig studentmiljø har vært veldig berikende, og jeg vet allerede nå at jeg vil savne å være deltidsstudent ved siden av jobben.

Når jeg nå står ved målstreken, er det mange som skal takkes for at jeg har kunnet fullføre dette løpet. Først må jeg takke **Marianne Opaas**, forsker ved NKVTS, og **Sverre Varvin**, professor ved HiOA, for å ha gjort data fra deres forskning tilgjengelig for meg. Professor Varvin har dessuten vært min veileder under skrivingen av masteroppgaven, og den som oppfordret meg til ikke bare å følge lærebøkene metodiske oppskrifter for kvalitativ analyse, men også ta i bruk min kreativitet. Takk for god coaching og konstruktive tilbakemeldinger! Takk også til **Kirsten Ekerholt**, førstelektor ved institutt for fysioterapi ved HiOA og spesialist i psykomotorisk fysioterapi, for å ha anbefalt meg nettopp dette masterløpet da dørene lukket seg for masterstudium i psykiatrisk og psykosomatisk fysioterapi i Tromsø. **Karen Margrethe Sæbø**, psykomotorisk fysioterapeut og en kapasitet innen traumeterapi, skal ha en stor takk for å ha åpnet opp for traumefeltet gjennom sin fantastiske undervisning og veiledning ved KaMa-klinikken på Eiksmarka. Det har hatt stor betydning for meg som terapeut, student og privatperson. Takk også til min personlige mentor gjennom mange år **Frida Husevåg**, som har vært til uvurderlig hjelp og støtte i dette studieløpet. Mine fantastiske kolleger ved **Kolbotn fysikalske institutt** og ikke minst mine pasienter skal ha takk for å ha inspirert meg og heiet på meg hele veien. Mine foreldre **Astri & Knut Anfindsen** og mine fem søsken **Ole Jørgen, Ingeborg, Agnes, Per og Jens** representerer min egen tilknytningshistorie og den familiekulturen som har formet min identitet. Den tryggheten det gir å kjenne tilhørigheten til familien og vite at dere er der for meg, er uvurderlig. Takk!

Sist, men ikke minst: **Ole-Petter Hagfors** og mine tre døtre **Caisa Linea, Silje Kristine og Frida Nikoline** skal ha den største takken. Det er dere som har fått kjenne det på kroppen de siste to og et halvt årene mens jeg har vært student. Dere har gitt meg tid og rom til å studere, dere har akseptert at jeg har måttet velge bort mye annet til fordel for studiene og dere har støttet og oppmuntret meg i arbeidet mot målet. Tusen takk for at dere har gjort det mulig for meg å gjennomføre!

Drøbak 7.mai 2017

1.0 Innledning

Dagens Europa opplever en flyktningstrøm fra krigsherjede land i Midtøsten og Afrika. På sin farefulle ferd mot Europa, risikerer flyktningene vold, overgrep og livstruende hendelser. Før flukten har mange allerede tilegnet seg traumatiske erfaringer i hjemlandet gjennom menneskerettighetsbrudd, krig, fengsling og tortur. Etter ankomsten til nytt land, vil mange slite med ettervirkninger av traumene de har gjennomlevd, og enkelte vil kunne utvikle post-traumatisk stress syndrom (PTSD). Nyere forskning tyder likevel på, at traumatiske barndomserfaringer har sterkere sammenheng med psykisk helse og livskvalitet, enn krigstraumer og menneskerettighetsbrudd før og under flukten fra hjemlandet. Dette tilsier at det er viktig å være oppmerksom på barndomstraumer også hos voksne, krigstraumatiserte flyktninger (Opaas & Varvin, 2015).

Teorier om betydningen av barns tilknytning til trygge, voksne omsorgspersoner har gjennom forskning utviklet seg fra 1960-tallet (Ainsworth, 1963; Bowlby, 1969) frem til vår tid (Cassidy & Shaver, 2008; Hart & Schwartz, 2009; Schore & Schore, 2008; Stern, 2008). Et barns tilknytningsmønster vil danne grunnlaget for hvordan personen ser seg selv, tolker verden, regulerer sine følelser og etablerer relasjoner. Dette er faktorer som er avgjørende for håndtering av traumatisk stress, og dermed vil kvaliteten i de tidlige tilknytningsrelasjonene ha betydning for ettervirkningen av traumatiske erfaringer (Arikan, Stopa, Carnelley & Karl, 2016). Tilknytningsteori er relevant kunnskap i møte med traumatiserte flyktninger, da tilknytningsmønstre særlig aktiveres når mennesker utsettes for stor fare og livstruende hendelser, men også i situasjoner som utløser frykt, adskillelse og sykdom (Riber, 2016).

Flyktninger som kommer til Norge fra land utenfor Europa, har en kulturell bakgrunn svært forskjellig fra den norske. De har ofte mistet alt de eide i hjemlandet og har kanskje også mistet eller forlatt sine nærmeste. I tillegg til store tap, har mange en «bagasje» av traumatiske erfaringer som preger dem i kropp og sjel. Her skal de forsøke å etablere livet sitt på nytt i en fremmed kulturell kontekst, i et land ulikt hjemlandet på så mange måter: språk, mat, klima, kultur og verdisyn, for å nevne noe. Flyktningenes kulturelle bakgrunn vil samtidig virke inn på hvordan sykdom, symptomer og ubehag oppleves og fortolkes (Bäärnhielm, Rosso & Patti, 2010). Bowlby (1969) anså tilknytning mellom barn og deres omsorgspersoner som et universelt fenomen som forekommer i alle kulturer, men det diskuteres likevel i dag om tilknytning bør forstås innenfor kulturspesifikke rammer (Riber, 2016).

Flyktningene har rett til helsehjelp i Norge, og rettighetene omfatter både somatisk og psykisk helsehjelp fra kommune- og spesialisthelsetjeneste. Helsedirektoratet anmoder alle kommuner om å opprette flerfaglige flyktninghelseteam som en integrert del av den samlede helse- og omsorgstjenesten i kommunen (Helsedirektoratet, 2016). Flyktningepasienter som henvises til psykisk helsevern på grunn av psykiske problemer knyttet til krig og menneskerettighetsbrudd, bør også kartlegges med tanke på barndomserfaringene de bærer med seg, for å kunne få en riktig tilpasset behandling og oppfølging (Opaas & Varvin, 2015). Varvin (2014) viser til forskning som bekrefter betydningen av det som skjer *etter* traumatisering som avgjørende for hvordan det går senere, og mener dette gir grunn til optimisme (Varvin, 2014).

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Som psykomotorisk fysioterapeut i privat praksis møter jeg mange traumatiserte pasienter. De fleste av dem er ikke traumatisert av krig og terror, men hovedsakelig i nære relasjoner. Det handler ofte om vold, overgrep, neglisjering og omsorgssvikt i barndom og oppvekst. Gjennom min tilleggsutdanning kalt «Sporene i kroppen etter sjokk og traume» har jeg tilegnet meg større forståelse og innsikt i hva traumatisering kan innebære. Jeg har erfart at denne kunnskapen er svært relevant og anvendelig i min praksis. I første semester av masterstudiet valgte jeg å skrive en oppgave om ulike terapeutiske tilnærminger i traumearbeid. Jeg fordypet meg da i nevrobiologien med tanke på virkningen av traumatiske hendelser på sentralnervesystemet og konsekvensene dette har for tilnærmingen i traumeterapi.

I forelesning ved HiOA om traumatiserte flyktninger høsten 2014, fortalte professor Sverre Varvin om et forskningsprosjekt ved Nasjonalt Kunnskapssenter om Vold og Traumatisk Stress (NKVTS) blant 54 flyktninger fra 15 ulike land rekruttert i perioden 2006-2009. Studien som fortsatt pågår, er en inngående og langsiktig undersøkelse av voksne, traumatiserte flyktningpasienters erfaringer, psykiske helse, livskvalitet og fungering. Alle informantene var ved oppstart under behandling i spesialisthelsetjenesten for psykiske problemer knyttet til krigserfaringer (Opaas, 2006). Muligheten til å utforske disse funnene videre, og drøfte betydningen av barndommens tilknytningsrelasjoner, ulik kulturell bakgrunn og håndtering av traumatisk stress, har lagt grunnlaget for denne masteroppgaven.

Tilgang til deler av datamaterialet i det nevnte forskningsprosjektet har gitt et innblikk i flyktningenes egne skildringer av familieforholdene i oppveksten. «Adult Attachment Interview» (AAI) fokuserer på tilknytning til foreldre og nære omsorgspersoner i barndom (Hesse, 2008). Det semistrukturerte intervjuet utforsker tilknytningsrelasjonen, erfaringer av

adskillelse og tap, samt betydningen av relasjonene i dag (Riber, 2016). På grunnlag av disse skildringene kan erfaringer i enkeltmenneskers liv bli løftet frem og illustrere nettopp det som teoriene søker å forklare og forskningen søker å tallfeste. Gjennom dette masterprosjektet kan deler av det omfattende og innholdsrike forskningsmateriale komme til anvendelse utover den opprinnelige studien. Med et annet faglig ståsted, og dermed også en annen forforståelse enn forskerne i prosjektet, kan det tenkes at denne oppgaven vil kunne gi et nytt og annerledes perspektiv på informantenes egne beskrivelser av tilknytningshistorien.

1.2 Forskningsspørsmål og problemstilling

Ved kvalitativ analyse av svar gitt gjennom «Adult Attachment Interview» med flyktninger, søker oppgaven å belyse disse spørsmålene:

- Hvordan beskriver den voksne sin tilknytning til omsorgspersoner i barndommen?
- På hvilke måter preges den voksne i dag av barndommens tilknytningsrelasjoner?
- Hvilken betydning tillegges den voksne tilknytningsrelasjonen i egen barndom?
- På hvilke måter kan kultur og kontekst prege hvordan en person beskriver tilknytningsrelasjoner i barndommen?

Den overordnede problemstillingen i oppgaven er som følger:

Hvordan beskriver voksne krigstraumatiserte flyktninger sin tilknytning til nære omsorgspersoner i barndommen, og hvilken betydning tillegges disse relasjonene i voksenlivet?

1.3 Begrepsavklaring

Flyktning – person som av frykt for forfølgelse grunnet rase, religion, nasjonalitet og/eller sosial eller politisk tilhørighet oppholder seg utenfor sin egen nasjon, og av samme grunner anser det som utrygt å vende tilbake til hjemlandet for beskyttelse (Leraand, Bahus & Hovde, 2016).

Tilknytning – Sterke emosjonelle bånd mellom et barn og barnets omsorgspersoner som sikrer barnet omsorg, støtte og beskyttelse samt hensiktsmessig regulering av sosial atferd (Bowlby, 1969).

Kultur – i denne sammenheng i betydningen tanke-, atferds- og kommunikasjonsmønstre hos mennesker i vid så vel som i snever forstand. Benyttes gjerne som en samlebetegnelse for visse fellestrekk hos en gruppe mennesker, for eksempel fra samme nasjon (Schackt, 2016).

Traume – Fra gresk, betyr skade eller sår. Fellesbetegnelse på kroppslige og mentale skader påført gjennom ytre påvirkning (Malt, 2014). Traumatiske hendelser er ofte uforutsigbare og ukontrollerbare, og oppleves som intense og ekstremt negative (Blindheim, 2012).

Traumatisering – En subjektiv reaksjon på potensiell traumatisk hendelse som overstiger en persons integreringskapasitet. Hendelser som innebærer tap av tilknytning og svik fra viktige omsorgspersoner, øker sjansen for traumatisering (Blindheim, 2012).

Tilknytningstraume / Relasjonstraume – når nære omsorgspersoner påfører barn vedvarende fysiske og psykiske traumer. Kan resultere i redusert mental og relasjonell kapasitet til å håndtere stress og regulere affekter (Benum, 2006).

Utviklingstraume – ved traumatisering av barn gjennom vedvarende traumatisk stress uten hjelp til affektregulering, der konsekvensen er forstyrrelse av hjernens modning og organisering (Nordanger & Braarud, 2014).

1.4 Avgrensning

Oppgaven er basert på ti strategisk utvalgte kvalitative intervjuer gjort med flyktninger i Norge i perioden 2006-2009. Resultatene av analysen vil ikke kunne generaliseres til å gjelde flyktninger generelt, men kan forhåpentligvis gi et verdifullt innblikk i ulike tilknytnings-historier og deres betydning i voksenlivet. Oppgaven gir dermed et fenomenologisk perspektiv på enkeltmenneskers opplevde livsverden, og utforsker dynamiske prosesser i og mellom mennesker slik de erfares gjennom utvikling og samhandling (Malterud, 2013).

Oppgavens forfatter har ikke selv foretatt intervjuene, og innehar ikke sertifisering som kreves for AAI med tanke på scoring av tilknytningsstil hos informantene. Tilgang til det skriftlige materialet er gitt flere år etter at intervjuene ble gjort. Det har dermed ikke vært noen mulighet for tilleggs spørsmål for utfyllende svar med tanke på problemstillingen. Av de 23 intervjuene som er gjort tilgjengelig, er det foretatt et strategisk utvalg på 10 intervjuer, der innholdet har vist seg nyttig for å belyse oppgavens forskningsspørsmål og besvare problemstillingen.

Analysen er kun basert på skriftlig materiale, det vil si at informantene verken er observert eller hørt av forfatteren. Tekstene angir nonverbale signaler som kremt, sukk, snufs, stillhet i et gitt antall sekunder med mer. Den som har transkribert har også angitt noe om stemmebruk, språkbruk, ordforråd og intensitet hos informanten under intervjuet. Det er naturlig å anta at mye av dette kan signalisere emosjonell aktivering hos informantene og indikere sinnsstemning i intervjusituasjonen, men dette er ikke forsøkt fortolket her. Det faktum at analysen

er foretatt av en som verken har møtt, sett eller hørt informantene direkte, utelukker en dimensjon i analysen som muligens kunne påvirket resultater og påfølgende drøfting. Samtidig kan nevnes, at det er vanlig ved analyse av AAI når tilknytningsstil skal scores, at den som foretar analysen kun leser intervjuene og ikke selv intervjuer. Betydningen av ulike hukommelsessystemer som aktiveres hos informantene gjennom spørsmålene i AAI vil ikke bli drøftet, da dette ligger utenfor forfatterens fagfelt å vurdere.

1.5 Formål med oppgaven

Oppgavens formål er å utforske funnene i studien til Opaas & Varvin (2015) som vektlegger betydningen av tilknytningsrelasjoner i barndommen for livskvalitet og psykisk helse senere i livet. Det fenomenologiske perspektivet gitt gjennom skildringer fra personer som har sin opprinnelse i en annen kultur og kontekst enn den norske, kan utgjøre et verdifullt innblikk i deres livsverden. Med tanke på at mange av flyktingene som har kommet til Norge de siste årene vil søke hjelp i behandlingsapparatet for sine helseplager og psykiske lidelser, er det viktig at helsearbeidere innen alle fagfelt tilegner seg kunnskap om kompleksiteten i flyktingers helseutfordringer. Viktigheten av å kartlegge barndomserfaringer hos krigstraumatiserte flyktinger, er nettopp et av funnene i studien som oppgaven bygger på (Opaas & Varvin, 2015). Til tross for sammensatte psykiske lidelser hos mange traumatiserte flyktinger, finnes det lite forskning og litteratur om tilknytning som en viktig psykologisk faktor for denne pasientgruppen (Riber, 2016).

Betydningen av den kultur og kontekst flyktingene kommer fra når de etter sin ofte strabasiøse flukt ankommer Norge, er noe vi som helsearbeidere ikke nødvendigvis er godt nok forberedt på. Bäärnhielm et al. (2010) understreker viktigheten av at klinikerer setter seg inn i pasientens verden og ser lidelsen fra dennes perspektiv. Kulturen utgjør et filter som sykdom og plager forstås gjennom, og psykopatologiske fenomener erfares og tolkes gjennom kulturelle referanserammer. Uten å vise vilje til å ta den andres perspektiv, vil sykdomsforståelsen utelukkende bygges på klinikerens egen profesjonelle og personlige referanseramme. (Bäärnhielm et al., 2010). Denne oppgave vil gjennom sitt fokus på tilknytningsrelasjon i flyktingers barndom forhåpentligvis kunne utvide forståelsen av flyktingpasienters perspektiv på eget liv når de søker helsehjelp her i Norge.

1.6 Forforståelse

Psykomotorisk fysioterapi er en terapiform som tilnærmer seg mennesket som en helhet, der kropp og sjel ikke kan splittes opp og behandles hver for seg. Fokus i terapien er på

pasientens iboende ressurser. Det innebærer blant annet å anerkjenne de strategiene som har resultert i overlevelse, mestring og bevaring av selvbildet, til tross for livets mange belastninger (Bunkan, 2001).

I denne fagtradisjonen er kroppsfenomenologi sentralt, og det legges vekt på styrking av kroppsbevissthet og affektbevissthet hos pasienten som redskap til erkjennelse og selvinnsikt. De kroppslige fornemmelsene blir løftet frem i terapien og satt i sammenheng med pasientens livshistorie og sykehistorie, og på denne måten blir kroppen i seg selv også meningsbærende (NorskFysioterapeutforbund, 2016). Dette menneskesynet preger oppgavens forfatter og sier noe om faglig ståsted og perspektiv. Slik vil det legge føringer for de valg som er tatt i forskningsprosessen og således også prege den kvalitative analysen. Psykomotorisk praksis tilsier at det i den terapeutiske samtalen fokuseres på kroppslig aktivering hos informanten. Slik kan emosjoner knyttet til minner få større plass, og blitt bevisstgjort og verbalisert. Når dette ikke er tilfelle her, kan en likevel ikke se bort fra at den faglige forforståelsen har satt sitt preg på analysen og påfølgende drøfting.

I tillegg til den faglige forforståelsen, vil den personlige forforståelsen også være en faktor i denne fenomenologiske analysen. Forfatterens egen kulturelle bakgrunn, familiehistorie og verdiforankring vil unektelig utgjøre et filter i all fortolkning og prege perspektivene. Som norsk kvinne oppvokst i en trygg og stabil kontekst, er det viktig å møte informantens historier med ydmykhet og være bevisst egne begrensninger til å kunne fortolke det som fortelles. Gjennom en bevissthet om hvem en selv er, faglig så vel som personlig, gir en slik prosess mulighet til å se klarere hvem den andre er og forstå noe om den andres livsverden.

1.7 Litteratursøk

Litteratursøk er gjort i databaser tilgjengelig gjennom Bibsys HiOA og Helsebiblioteket.no. Det er gjort søk i Oria, Cinahl, PubMed og PsychInfo.

Søkeordene som er brukt er «attachment and trauma» og «attachment and trauma and refugee» og «attachment and culture».

2.0 Teoretisk rammeverk

I dette kapitlet omtales enkelte utvalgte begrep som er sentrale for oppgavens tematikk og for drøftingen av den kvalitative analysens resultat. Hensikten er å ha «en vegg å spille ball mot» når funnene skal drøftes. Hvert av de syv underkapitlene utgjør omfattende tema i seg selv, og ville kreve betydelig mer utdypning enn denne oppgaven gir rom for, dersom de skulle ha en mer sentral plass i oppgaven. I stedet har selve analysen og de funnene den har resultert i, fått spille hovedrollen. Teorien som her presenteres er ment å danne et bakteppe for det som presenteres i påfølgende kapitler.

Hukommelse er omtalt avslutningsvis for å gi en grunnleggende forståelse av de ulike hukommelsessystemene som AAI er ment å aktivere i informantene. Dette vil ikke bli drøftet da det ligger utenfor denne oppgavens avgrensning og forfatterens fagkompetanse.

2.1 Tilknytning

Mennesket er biologisk disponert for å etablere følelsesmessig tilknytning gjennom samspill med nære omsorgspersoner i det miljøet det er født inn i. Nervesystemets utvikling og modning skjer gjennom et komplekst samspill mellom nevrobiologi og barnets kontakt i nære relasjoner. Gjennom tilknytning skapes indre representasjoner av barnet selv og av viktige andre i barnets bevissthet, og tilknytningsmønstre blir lagret i hjernens hukommelsesnettverk. De indre arbeidsmodellene som etableres i barnets første leveår, er i følge Bowlby bestemmende for måten et barn knytter seg til andre på og for barnets forståelse av omverden. Disse erfaringene vil prege barnet i dets fremtidige relasjoner og således ha betydning gjennom hele livsløpet (Hart & Schwartz, 2009).

Oppfatningen av barnet som et sosialt vesen med evne til å knytte bånd til omsorgspersoner er grunnleggende innen tilknytningsteori. Bowlby anser barnets tilknytningsatferd som en medfødt beredskap for å sikre beskyttelse og regulere sosial adferd. Stern beskriver hvordan tilknytning fremmer barnets selvfornekkelse og kompetanse til å inngå i sosialt samspill. Schore ser tilknytningen som utgangspunkt for utvikling av evne til affektregulering, det vil si å kunne kontrollere og bearbeide følelsesmessige impulser som oppstår i møte med omverden. Fonagy nyanserer betydningen av samspillet mellom barnet og dets omsorgspersoner ved å vise til hvordan det stimulerer og fasiliterer utviklingen av mentaliseringsevnen. Sentralt hos disse teoretikerne er forståelsen av at barnets utvikling gjennom samspill med nære omsorgs-

personer, istandsetter barnet til å «eie» og regulere sine affekter, samt skjelne mellom egne og andres affekter (Hart & Schwartz, 2009). God omsorg som skaper trygg tilknytning vil kunne gi mental kapasitet til å takle stress og relasjonell kapasitet til nærhet (Benum, 2006).

Fordi det er livsviktig for et barn å opprettholde sin tilknytning til omsorgspersonen, også når denne svikter og mishandler barnet, vil tilknytningen idealiseres og uutholdelige følelser av frykt og hjelpeløshet spaltes av. Barnet vil legge skylden på seg selv for det vonde som skjer, og vil på den måten kunne beholde et håp om kjærlighet og omsorg dersom det oppfører seg bedre. Den idealiserte tilknytningen innebærer en identifisering med omsorgspersonen som kan medføre selvdestruktiv atferd og relasjonsvansker videre i livet (Zulueta, 2008). Allen (2013) hevder at tilknytningsteori er grunnleggende for traumebehandling, særlig på grunn av tilknytningens betydning for emosjonell regulering. Barnets tilknytningsmønster legger et grunnlag for tilhørighet og selvavgrensning som videreføres gjennom livet. Dermed vil traumatisert tilknytning ha livslange skadevirkninger og prege en person i voksenlivet. Denne forståelsen leder til utforskning gjennom terapi av den voksnes tilknytningsstil, for om mulig å etablere større grad av trygghet og selvregulering gjennom den terapeutiske relasjonen. Det den traumatiserte trenger mest, er samtidig det personen frykter mest, nemlig tilknytning. (Allen, 2013).

2.1.1 Trygg og utrygg tilknytning

Trygg tilknytning hos barn oppstår gjennom sterke følelsesmessige bånd til omsorgspersonen der barnet opplever kontakt, omsorg, tilhørighet og beskyttelse. Foreldre som selv har erfart trygg tilknytning i egen barndom, har større mulighet for å skape trygge bånd til egne barn. Når tilknytningen er utrygg derimot, vil barnet ikke ha den samme tilgangen til omsorgspersonen som en trygg base, og vil kunne hemmes i sin utforskning og selvutvikling. Foreldre som er preget av utrygg tilknytning fra egen barndommen, vil ha tendens til å videreføre en utrygg tilknytningsform i relasjon til sine barn (Schibbye, 2009).

Barn med trygg tilknytning er selvreflekterende og selvavgrensede på en slik måte at de eier sine opplevelser og kan skjelne mellom egne og andres mentale tilstander. Denne tryggheten er til hjelp for å skape mening, inngå i relasjoner og sette ord på følelser. Barn med utrygg tilknytning vil ha vansker med regulering av affekter. De vil være usikre på om andre vil kunne hjelpe dem, og vil ha vanskelig for å ta den andres perspektiv og tolke den andres motiver og intensjoner (Schibbye, 2009).

Ulike måter å være tilknyttet på danner tilknytningsmønstre. Mary Ainsworth fant i sine undersøkelser på 50- og 60-tallet tre tilknytningsmønstre, mens senere forskning også har identifisert et fjerde mønster. Bowlby betegnet de tre første tilknytningsmønstrene slik:

Trygg tilknytning kjennetegnes av at barnet kan søke hjelp og trøst hos omsorgspersonen, og at denne er mottakelig for barnet signaler og gir en kjærlig respons. Det trygt tilknyttede barnet viser fleksibilitet, innføling og robusthet overfor stress og tap, og forholder seg til omsorgspersonen som en trygg base. Den trygge basen fungerer som et utgangspunkt for barnets utforskning av verden rundt seg, et sikkert sted å kunne vende tilbake til med visshet om å bli møtt med varme, trøst og omsorg. Omtrent 55-65 % av alle barn er i denne gruppen (Hart & Schwartz, 2009).

Utrygg unnvikende tilknytning finnes hos 20-30 % av barna. Disse barna unngår nærhet og søker ikke emosjonell kontakt med omsorgspersoner. Som et forsvar mot avvisning, deaktiverer barnet sitt tilknytningssystem og orienterer seg mot noe annet enn omsorgspersonen. Tilgangen til egne følelser og fornemmelsen av andres følelser er mangelfull, og barnet er særlig sårbart for stress. Dette mønsteret oppstår der barnets omsorgspersoner er avvisende og ikke står emosjonelt til disposisjon (Hart & Schwartz, 2009).

Utrygg ambivalent tilknytning kommer til uttrykk i det ansente og usikre barnet som er engstelig for atskillelse og som konstant søker nærhet. Til tross for en atferd orientert mot tilknytningspersonen, finner ikke barnet trygghet og ro. Barnet vil lett overveldes av egne følelser og uttrykke mye frustrasjon, samtidig som det klamrer seg til den voksne. Dette tilknytningsmønsteret oppstår der omsorgspersonen noen ganger står til disposisjon overfor barnet, andre ganger ikke. Det kan også forekomme der det har vært fysisk adskillelse mellom barnet og omsorgspersonen, eller der omsorgspersonen har truet med å forlate barnet. Utrygg ambivalent tilknytning finnes hos 5-15 % av barna (Hart & Schwartz, 2009).

Den fjerde tilknytningsformen fremkommet ved senere forskning, betegnes *desorganisert tilknytning*. Her finnes knapt noe mønster, men barnet utviser motstridende eller uforståelig atferd. Forekomsten av desorganisert tilknytning er 15-25 %. Foreldre med alvorlig psykisk lidelse, som kanskje selv har vært utsatt for vold eller seksuelle overgrep i sin barndom, kan komme til å feiltolke barnets sterke følelsesmessige signaler. Omsorgspersonene kan da bli uforutsigbare og skremmende i sine reaksjoner overfor barnet, som på sin side blir uorganisert i sin tilknytning uten stabile indre arbeidsmodeller (Hart & Schwartz, 2009).

2.2 Mentalisering

Mentalisering kan defineres som evnen til å se seg selv fra utsiden og andre fra innsiden. Det innebærer en forståelse av at andre har et sinn, og å være opptatt av egne og andres mentale tilstander. En forutsetning er likevel å innse at vi aldri vil kunne forstå fullt ut, at andres så vel som vårt eget sinn kun er delvis tilgjengelig for oss (Skårderud, 2016). Forut for mentalisering går evne til affektregulering, og denne evnen utvikles i følge Fonagy i tilknytningsrelasjonen. Gjennom omsorgspersonens affektspeiling og modulering, erfarer barnet seg som et mentalt vesen, noe som er en avgjørende forutsetning for utvikling av mentaliseringsevne og selvorganisering (Hart & Schwartz, 2009).

Tilknytningsteori forklarer hvordan barnet fornemmer seg selv gjennom omsorgspersonens oppmerksomhet og speiling av affekter. Barnet utvikler sitt sinn gjennom å bli bekreftet på sine affekter, og samtidig forstå at det selv og den andre har forskjellige og atskilte sinn. Erfaringen i samspillet blir til sinn gjennom «mind-mindedness» eller «holding mind in mind». Denne samhandlingen i tilknytningsrelasjonen legger grunnlaget for utvikling av mentaliseringsevnen hos barnet (Skårderud, 2016). Med andre ord trenger vi et selv for å kunne være klar over oss selv. Selvet er i stand til å observere seg selv, og fungerer som en forbindelse mellom et «meg» og omgivelsene (Benum, 2006).

Mentalisering er en viktig sosial kompetanse som er avgjørende for menneskets helse og mestring av tilværelsen, samtidig som det fremmer overlevelse. Gjennom våre bestrebelser på å forstå andres indre liv, legger mentaliseringen grunnlaget for empati med andre, men også til å kunne tolke andres intensjoner. Det handler ikke bare om å forstå og bli forstått, men om å kjenne seg verdsatt og bekreftet gjennom at noe er følelsesmessig delt. Gjensidig mentalisering medfører at vi knytter oss til hverandre, og utgjør således et grunnlag for sunne relasjoner (Skårderud, 2016).

Den samlede summen av relasjonserfaringer blir i følge Fonagy, avgjørende for utviklingen av selvet og personligheten. De indre arbeidsmodellene som lagres implisitt, legger grunnlaget for tankeprosesser og relasjonell kompetanse gjennom hele livsløpet. Gjennom nettverket av relasjoner til andre mennesker, utvikles personligheten og evnen til mentalisering. Denne evnen setter barnet i stand til å avlese andre mennesker mentalt og danner samtidig grunnlaget for barnets selvorganisering (Hart & Schwartz, 2009).

Refleksiv funksjon er en betegnelse på ferdigheter som frembringer mentalisering. Barnets fornemmelse av sitt eget selv og sin identitet, utvikles når omsorgsgiveren forholder seg til

barnet som en som har et eget sinn. På denne måten blir foreldrenes egen refleksive funksjon avgjørende for barnets mulighet til å utvikle sin kapasitet for mentalisering. I den grad dette ikke er i funksjon hos omsorgspersonene, vil barnet få redusert evne til affektbevissthet, begrenset refleksiv funksjon og nedsatt mentaliseringskapasitet (Ensink et al., 2015).

Kvaliteter i tilknytningsrelasjon vil sammen med evne til mentalisering virke inn på håndtering av vanskelige livshendelser og potensielt traumatiske situasjoner. Mye tyder på at tilknytning, affektregulering og mentalisering står i gjensidige avhengighetsforhold til hverandre. Der det foreligger utrygg tilknytning, vil mentaliseringsevnen samtidig være svekket. Selve mentaliseringsprosessen kan også forstyrres av manglende differensiering mellom eget og andres sinn. Hypermentalisering betegner en overfølsomhet i forhold til egen og andres mentale tilstand, noe som kan utløse desorganisert tilknytning og underminere videre mentalisering (Fonagy & Bateman, 2016).

Allen (2013) beskriver hvordan oppmerksomt nærvær i øyeblikket, betegnet som «mindfulness» er en viktig komponent i mentaliseringsprosessen som fremmer bevissthet om egen og andres mentale tilstand. Evnen til oppmerksomt nærvær kan trenes, og benyttes blant annet som en teknikk for å redusere stress. Han forklarer hvordan «mindfulness» og mentalisering komplementerer hverandre som synergister og bruker også uttrykket «mindful mentalizing». Effektiv mentalisering bygger på bevisst rettet oppmerksomhet mot mentale tilstander understøttet av en aksepterende holdning og nysgjerrig utforskning, slik også «mindfulness» gjør. «Mindfulness» er likevel ikke tilstrekkelig i seg selv ved tilnærming til emosjonelt smertefulle erfaringer som har oppstått gjennom tilknytningstraumer, der vil evne til mentalisering være avgjørende (Allen, 2013).

For at evnen til å mentalisere skal utvikles, må den frembringes i relasjon til andre. Denne prosessen bidrar til mening og sammenheng i skiftende selvtilstander, og tilfører en form for emosjonell kunnskap. God mentalisering kan medvirke til å skape mening og bevare håp i motgang, og å kunne ta ansvar for egen atferd og erfare mestring. God mentalisering legger også til rette for å kunne være åpen om og dele følelsesmessige forhold, og å kunne kommunisere og løse problemer gjennom å søke klarhet og snakke sant. Slik utgjør mentalisering en viktig relasjonell kompetanse som på ulike vis bidrar til personlighetens sunnhet (Skårderud, 2016).

2.3 Relasjon

Mellommenneskelig relasjon innebærer å forholde seg til hverandre, en form for forbindelse eller samhørighet mellom mennesker. Menneskelig utvikling fordrer nærende fellesskap gjennom *gode nok* relasjoner og meningsfulle samværsformer. Relasjoner medfører roller, og begrepspar som makt/avmakt, dominans/avhengighet, anerkjennelse/ miskjennelse og omsorg/omsorgssvikt vil være relevante når tilknytning, personlig utvikling og livsutfoldelse er tema (Gretland, 2007).

Vi blir til og finner oss selv i en dynamisk prosess i relasjon med betydningsfulle andre, i første omgang i foreldre-barn-relasjonen. Nære bånd skapes gjennom tilknytning, og avhengigheten til omsorgspersoner i begynnelsen av livet skaper en sårbarhet for atskillelse og tap som vedvarer. Tidlig avvisning og neglisjering vil kunne skade et barns selvfølelse og gjøre det spesielt sårbart for nye krenkelser. Sviktende tilknytning kan skape ensomhet og hemmet utvikling av hele eller deler av selvet. For sterke bånd hindrer selvavgrensning og medfører at barnet forkaster sider av seg selv for å tilpasse seg og bli akseptert. Lojalitet og frykt kan føre til at barnet undertrykker tanker og følelser til fordel for lydighet og underordning. Behovet for foreldrenes kjærlighet og anerkjennelse kan lett utnyttes i barneoppdragelse gjennom barnets frykt for avvisning (Gretland, 2007).

Det relasjonelle selvet er sterkt preget av den tidlige tilknytningen til foreldrene. Betydningen av foreldre-barn-relasjonen viser seg i menneskers relasjonelle væremåte. Foreldre vil være preget av sine tilknytningserfaringer, og vil dermed videreføre en psykisk arv til egne barn. Trygghet, tillit og god selvfølelse kan videreføres så vel som separasjonsangst, ambivalens og lav selvaktelse. På en indirekte måte vil foreldre prege sine barns valg av partnere i voksenlivet, deres forventninger til samlivet og hvilket samspill som utvikler seg i parforholdet (Schibbye, 2009).

Familiestruktur er preget av at foreldre har hovedansvar for omsorg og hushold, samtidig som de utøver nødvendig autoritet for å skape gode rammer rundt barnas tilværelse og utvikling. Relasjonene innad i familien bør ideelt sett være preget av trygg tilknytning og gjensidig anerkjennelse kombinert med klare grenser og naturlige autoritetsforhold. Kulturell tilhørighet og fellesskap er også av betydning for enkeltindividets utvikling. Her kan nevnes tradisjoner, kulturelle verdier, religiøse ritualer og sosiale praksiser. Uten dette blir individet overlatt til å utforske og konstruere sin identitet på egenhånd gjennom selvrefleksive prosesser, med ensomhet og overdreven selvopptatthet som en risiko (Gretland, 2007).

2.4 Relasjonstraumer/Tilknytningstraumer

Begrepet relasjonstraumer viser til traumatiserende hendelser påført i en relasjon. Når det er nærmeste omsorgspersoner som påfører et barn vedvarende traumatiske påkjenninger som omsorgssvikt, vold eller overgrep, kan det betegnes som tilknytningstraumer. Barn som erfarer denne typen traumatisering, blir skadet i sin mentale og relasjonelle kapasitet. Barnet er fanget i et dilemma mellom behovet for tilknytning og behovet for å beskytte seg mot fare, når nettopp den som skal beskytte barnet er den som også representerer fare. Over tid vil belastningene kunne føre til vansker med å regulere følelser og håndtere stress, samt manglende tillit og begrenset kapasitet for nære relasjoner, med ensomhet til følge. Menings- skaping og grunnleggende trygghet vil også være vanskelig tilgjengelig (Benum, 2006).

Tidlige relasjonelle traumer vil kunne få alvorlige konsekvenser for barnets evne til kontakt. Barnet vil være i en konstant dysregulert tilstand som skader ikke bare tilknytningsprosessen, men også hjernens utvikling. Når nervesystemet er i kronisk høy aktivering og beredskap, vil barnet mangle tilgang til egne ressurser til selvregulering og forbli i en desorganisert tilstand. De tidlige erfaringene av sviktende omsorg blir internalisert og danner kjernen i selvbildet og opplevelsen av egenverd (Heller & Lapierre, 2014). Forskning innen nevroaffektiv psykologi bekrefter at relasjonelle traumer i den tidlige tilknytningsrelasjonen er spesielt skadelige og vil kunne få livslang betydning for hjernens utvikling (Hart, 2011).

Adverse Childhood Experience-studien (ACE) fra 1998 bekrefter at alvorlige belastninger som overgrep, vold, rus og dødsfall i barndom og oppvekst, har omfattende følger for fysisk og psykisk helse i voksenlivet. Dersom viktige voksne i barnets liv har sett og forstått, men verken har grepet inn eller vært tilgjengelig for trøst og omsorg når alvorlige hendelser har skjedd, vil dette relasjonelle aspektet forsterke skadeomfanget. Å bli avvist, bli tillagt skyld og bli påført skam er mekanismer som virker ytterligere traumatiserende (Anstorp & Benum, 2014). I voksenlivet vil mennesker med tidlige relasjonelle traumer ha en sårbarhet som medfører at stress vil kunne trigge gamle følelser av desorienterende og selvnedbrytende skam. I kjernen av selvet bærer de en smertefull tomhet, angst og forvirring som preger deres liv og relasjoner. Omsorgssvikt, mishandling og overgrep setter dype skamspor (Farstad, 2016).

2.5 Skam

Skam kan beskrives som en kompleks følelse som kan være smertefull og destruktiv så vel som sunn og nødvendig i regulering av relasjoner. Skam er relasjonelt betinget. Skamfølelsen

oppstår i relasjon mellom mennesker og preger den mellommenneskelige dynamikken. Det er en selvbevisst følelse der selvet evaluerer selvet. Konsekvensen kan være følelser av mindreverd, av å være uelskelig, av å være feil. Slik kan den vonde skammen få mennesker til å ville skjule seg og til å flykte fra situasjoner eller relasjoner som vekker skamfølelse. Skamfølelse kan differensieres fra skyldfølelse ved at skam omhandler den du er og således rammer selvet, mens skyld refererer til det du har gjort og dermed rammer handlingen (Farstad, 2016).

Som begrep kan skam differensieres innenfor et spekter av skamvarianter med ulike styrkegrader og årsakssammenhenger. Teoretikere har gjort ulike inndelinger av sunn og destruktiv skam, erkjent skam og ubevisste skammekanismer. Farstad (2016) har delt skamspekteret i fem typer skam som hun beskriver slik: *Akutt/reaktiv skam* oppstår som en reaksjon på en fornedrende eller pinlig situasjon. Den skaper et dypt ubehag, men er ikke vedvarende. *Sunn/beskyttende skam* har som funksjon å beskytte relasjoner, personlig integritet og grenser. Gjennom den sunne skammen vet vi instinktivt når vi står på valg mellom det gode og det onde, og slik kan den bli til hjelp for å bevare vår verdighet. *Sårbarhetskam* er knyttet opp til vår fellesmenneskelige erfaring av å være tilhørighetsavhengige. Den er en drivkraft i vår kontinuerlige bearbeiding og vurdering av eget selvbylde med tanke på hvordan vi ønsker å fremstå, og hvordan vi tror vi fremstår for andre. *Destruktiv/kronisk/patologisk/internalisert skam* etableres i en persons identitet og selvoppfattelse slik at personens tilværelse gjennomsyres av den. Den former personligheten og kan vedvare gjennom hele livet og føre til sosial tilbaketrekning. *Forsvarsskam* utløses som psykobiologisk respons på trussel eller fare, og forstås som en medfødt forsvarsimpuls som leder til underdanighet eller underkastelse i en makt/avmakts-relasjon (Farstad, 2016).

Skammens positive funksjon er at den fremmer den nødvendige atferden for å beholde tilknytningene til viktige andre. Den styrer gjennom sitt fravær, og bestemmer hva vi kan si og ikke si, gjøre og ikke gjøre, være og ikke være. Slik beskytter den våre bånd til andre og hjelper oss å utvikle kompliserte strategier for å tilpasse oss. Sosial tilknytning og andres respekt er nødvendig for vår identitet og selvrespekt, og selv den minste fornemmelse av skam kan virke truende og utløse alarmen (Schei, 2006).

For et barn som utsettes for vold og omsorgssvikt, kan skam ha en viktig funksjon av å kunne sikre relasjonen til omsorgspersonene i barnets liv. Å plassere ansvaret for det vonde som skjer hos den voksne, kan virke umulig. I stedet løser barnet sitt dilemma ved å skamme seg selv. Skammen vil dekke over de uutholdelige følelsene og hindre erkjennelsen av at den som

skulle beskytte, er den som skader og påfører smerte. Skammens kjerne er en opplevelse av seg selv som utålelig, og dens konsekvens er å skjule seg for seg selv og andre. Skammen legger lokk over det som skjedde og hva det gjorde med personen, og overtar samtidig fryktens plass (Anstorp, 2014).

Å se seg selv som ond i en god verden, heller enn god i en ond verden, kan virke beskyttende for barnet, ved at det kan fastholde bildet av foreldrene som gode og kjærlige. Denne psykologiske tilpasningen har som mål å bevare tilknytningen til foreldrene og finne en form for mening og håp. Ved å ta skylden for det vonde som skjer, kan barnet bevare håpet om en dag å bli elsket, om det bare forbedrer seg. Imidlertid vil selvanklagene og selvforakten bidra til en oppfatning av seg selv som uelskelig og ond, med destruktiv internalisert skam i personligheten som følge. Dette vil få store konsekvenser for identitet og relasjonalt (Farstad, 2016).

Fordi skammens negative selvevaluering kan være meget smertefull, utvikler mennesker forsvarsmekanismer mot skamfølelsen. Hvilke skammekanismer og forsvarsmekanismer mot disse hver enkelt etablerer, er resultat av et komplekst samspill mellom blant annet individuelt temperament og personlighet, samt familiemønstre for kommunikasjon og affektregulering. Vanlige forsvarsmekanismer mot skam er interpersonlig overføring av skam, raseri, forakt, jag mot makt, overføring av skyld, indre tilbaketrekning og perfeksjonisme. I utgangspunktet handler forsvaret om tilpasning og emosjonell overlevelse. Etter hvert kan disse bli internalisert som en del av personligheten og fungere som et forsvar mot forventede skamerfaringer (Farstad, 2016).

Skammens røtter kan ligge i tidlige tilknytningsrelasjoner, og kan prege det relasjonelle selvets evne til å relatere til andre på en god og hensiktsmessig måte. Foreldres avvisning, kritikk og nedvurdering kan bidra til utviklingen av en skambasert selvfølelse. Relasjonell utrygghet og manglende selvavgrensning er eksempler på spor av skam med opphav i en tidlig relasjon, som igjen skaper sårbarhet i nye relasjoner. Traumatisert tilknytning og smertefulle relasjonsbrudd kan skape destruktiv skam som internaliseres i personens identitet. En slik internalisering av skam truer selvets opplevelse av å være kompetent, akseptabelt og verdig. Konsekvensen kan være frykt for å inngå i nye nære relasjoner som innebærer tilknytning. Denne mekanismen kan beskrives som skammens relasjonelle spor og avtrykk (Farstad, 2016).

Skårderud (2006) påpeker at skammen, gjennom at den forholder seg direkte til normer, er sterkt kulturelt betinget. Den er således bevegelig, og kan endre seg over tid i en gitt kultur. Han nevner skam og ære som to begrep gjensidig knyttet til hverandre, og som et begrepspar behandlere må forholde seg til (Skårderud, 2006).

2.6 Kultur og kontekst

Gjennom menneskets evne til å skape og bruke symboler, etablerer vi en felles forståelse. Denne felles forståelsen bidrar til å gi fenomener mening, samtidig som den representerer noe som kan deles kollektivt. Slik skapes kultur gjennom menneskelig interaksjon i en gitt kontekst. Følelser og opplevelser vil komme til uttrykk på forskjellig måte og tillegges ulik betydning basert på kulturelle referanserammer. Kultur kan dermed sies å være et dynamisk begrep som omhandler hvordan mennesket tillegger sine erfaringer mening (Bäärnhielm et al., 2010). Varvin (2014) skriver også om hjemmet som kulturskapende, stedet der vår historie veves sammen med livene til våre nærmeste gjennom familiære relasjoner. Det fysiske hjemmet gjenspeiles i et indre hjem, befolket av relasjonene som har formet personligheten og preget våre forventninger om å bli møtt med trøst og støtte eller svik (Varvin, 2014).

Forskning innen tilknytningsfeltet bekrefter at trygg og utrygg tilknytning oppfattes overveiende likt av profesjonelle så vel som omsorgspersoner fra ulike land og kulturer i verden, selv om begrunnelser og forklaringsmodeller kan være ulike. I dette ligger det at atferden som demonstrerer en bestemt form for tilknytning kan variere i uttrykk, mens selve fenomenet tilknytning mellom barn og omsorgsgiver anses som universelt. De fire definerte tilknytningsmønstrene har blitt observert i svært ulike kulturelle kontekster, vestlige så vel som ikke-vestlige (Ijzendoorn & Sagi-Schwartz, 2008). Det pågår likevel en diskusjon blant forskere og teoretikere om en teori med utspring i vestlig industrialisert samfunn preget av individualisme, er overførbar til mer kollektive kulturer som vektlegger gjensidig avhengighet mellom individer og grupper. Det påpekes samtidig at sosioøkonomiske forhold utgjør faktorer som påvirker tilknytningsmønstre, noe som i større grad bør rettes søkelys på, slik at konsekvenser av fattigdom ikke forveksles med kulturelle aspekt (Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2010).

Kritikken mot tilknytningsteoriene og forskningen som er gjort innen feltet, omhandler blant annet en forforståelse preget av vestlige idealer som er på kollisjonskurs med verdier og idealer i en rekke ikke-vestlige kulturer. Den biologiske og utviklingsmessige disposisjonen for tilknytning anerkjennes, men det pekes på at biologi og kultur er to uatskillelige

komponenter i det miljøet mennesket utvikler seg, og at det kulturelle aspektet ikke er tilstrekkelig hensyntatt i anvendelsen av tilknytningsteori innen forskning (Keller, 2013; Rothbaum, Weisz, Pott, Miyake & Morelli, 2000).

Mange av de konkrete argumentene som har blitt fremsatt har blitt møtt med motargumenter, der andre forskere mener å kunne tilbakevise påstandene om bias for vestlige kulturer innen feltet. Det pekes på at teoriene likevel har vist seg universelle, og at det er uproblematisk å anvende kjerneprinsippene i tilknytningsteori innen tverrkulturell forskning. Å skulle utforme nye teorier om tilknytning tilpasset ulike kulturer, blir sett på som en avsporing innen feltet. Det advares nærmest mot å «kaste barnet ut med badevannet» ved å avvise teoriene i iveren etter å tilpasse seg andre kulturer og tankesett (Chao, 2001; Gjerde, 2001; Posada & Jacobs, 2001). Det synes likevel å være enighet om nødvendigheten av kultursensitiv tilnærming i forskning på tilknytning. Det etterspørres også gjennomgående en utvidelse og utdypning av eksisterende teorier, nettopp for å oppnå større relevans ved tverrkulturell forskning (Chao, 2001; Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2010; Ijzendoorn & Sagi-Schwartz, 2008; Keller, 2013; Rothbaum, Weisz, Pott, Miyake & Morelli, 2001).

Kulturell identitet omhandler en persons opplevelse av seg selv ut fra sin kulturelle tilhørighet. Det kan handle om familietilhørighet så vel som etnisitet, religion, språk, kjønn eller sosial status. Kunnskap om en persons kulturelle identitet kan være viktig for å forstå noe om hvem personen er, hvordan personen ser seg selv og relaterer til andre. Det kan også være av betydning for å forstå uttrykksmåter og forklaringsmodeller for ulike fenomener.

Identiteten er ikke statisk, den vil endre seg med tid og kontekst. Migrasjon innebærer omstilling til en ny kulturell kontekst, noe som kan medføre endring av identitet.

Konsekvenser av dette kan være at en person fortrenger sin opprinnelige identitet til fordel for en ny, eller at den gamle identiteten integreres med den nye. Identiteten kan også knyttes opp mot å være marginalisert i samfunnet med manglende tilhørighet (Bäärnhielm et al., 2010).

Sosial og kulturell isolasjon antas å være sterkt medvirkende til utvikling av psykiske lidelser blant flyktninger. Tap av opprinnelig kulturell tilhørighet kombinert med nødvendigheten av tilpasning til ny kultur, kan svekke mental helse og medføre økt sårbarhet (Alayarian, 2007).

Kultursensitiv behandling og interkulturell kommunikasjon er begrep som vil være relevante i forbindelse med traumeterapi for flyktninger. For den som representerer en minoritet, kan majoritetens perspektiv og virkelighetsoppfatning utgjøre en hindring for god kommunikasjon mellom de to. I verste fall kan vesentlige sider av en persons identitet bli overkjørt og krenket.

Terapeuten må inneha en bevissthet om egen identitet og egne verdier så vel som den andres, og så langt det er mulig arbeide innenfor den andres verdiramme. Innsikt i den kulturelle konteksten de traumatiske hendelsene har skjedd innenfor, vil kunne gi verdifull forståelse av hvordan hendelsene har rammet akkurat denne personen og hvordan heling kan skje (Weele, 2014).

2.7 Hukommelse

Hukommelse reflekterer erfaring, og erfaring innebærer indre så vel som ytre sansestimuli. Ulike hjernestrukturer er involvert i prosessering og lagring av minner. Før erfaringene lagres i langtidsmminnet, prosesseres de i arbeidsminnet. Her bearbeides inntrykkene, de sammenliknes og vurderes opp mot tidligere informasjon. Det er når informasjonen lagres i langtidsmminnet vi finner inndelingen i eksplisitt (deklarativ) og implisitt (nondeklarativ) hukommelse. Den eksplisitte hukommelsen er bevisst og kan til dels verbaliseres, mens den implisitte hukommelsen er ubevisst og kan ikke på samme måte settes ord på (Varvin, 2003).

Den eksplisitte hukommelsen er tilgjengelig for bevisstheten og lar seg gjenkalle viljemessig. Den deles inn i *semantisk* hukommelse, som gjengir det generelle og faktabaserte i minnene, og *episodisk* hukommelse, som gjengir konkrete episoder. Den implisitte hukommelsen derimot, lagrer de erfaringene som ubevisst prosesseres på et gitt tidspunkt. Det innebærer at lagringen skjer uten at vi er klar over det, og det implisitte minnet kan ha innflytelse over vår fungering, uten å kunne gjenkalles som bevisst hukommelse. Implisitt hukommelse kan deles inn i «*primed memory*» (forberedende/klargjørende/første påvirkning), *prosedural* hukommelse og *emosjonell* hukommelse. «Priming» omhandler det å kunne gjenkjenne ulike sanseintrykk som form og lyd. Prosedural hukommelse utgjør minnet om hvordan automatiserte handlinger utføres, for eksempel sykling, og etablerte vaner. Emosjonell hukommelse er minnet om følelsesmessig valør knyttet til bestemte erfaringer (Varvin, 2003).

Hukommelsen skjer på grunnlag av persepsjon gjennom sanseintrykk. En persons sinnstemning, forventninger, idéer og oppfatninger vil også ha innflytelse over hvordan denne persepsjonen tolkes i individet. Mental tilstand og kontekstuelle faktorer innvirker på hvordan erfaringer prosesseres og lagres i minnet. Når erfaringer innkodes i minnet, innhentes informasjon fra ulike kilder i arbeidsminnet, noe som krever tilgang til høyere mentale funksjoner som kan evaluere og bedømme den aktuelle erfaringen opp mot tidligere erfaringer (Varvin, 2003).

Integrering av de ulike minneprosessene via arbeidshukommelsen skjer hurtig og uten bevisst medvirkning. Hvor truende minnene oppleves, virker også inn på arbeidshukommelsens funksjon. De tidligste minnene vil være basert på erfaringer gjort i tilknytningsrelasjon, og tilknytningen vil således ha betydning for hva som senere huskes og hvordan den enkelte forteller sin historie (Schibbye, 2009).

For å gjenkalle minner, må ulike hjernestrukturer koble sammen inntrykkene og rekonstruere hendelsen. Forsvarsmekanismer vil kunne aktiveres for å beskytte mot gjenkalling av skremmende og smertefulle erfaringer. Ulike tilknytningsmønstre vil også kunne ha innvirkning på hvordan de ulike hukommelsessystemene aktiveres og virker sammen. Hos traumatiserte individer vil det ofte fremkomme fragmenterte minnebilder løsrevet fra sin kontekst, noe som kan tyde på mangelfull prosessering og integrering i hukommelsen. Dette har sammenheng med manglende tilgang til nettopp de høyere mentale funksjonene i situasjoner som har vært traumatiserende for individet (Varvin, 2003).

Overveldende erfaringer av trusler mot en persons liv og integritet, vil kunne forbli uintegrert i personens kognitive minner. I stedet lagres minnene som sensomotoriske traumeerindringer som kan trigges av sansestimuli som innebærer gjenkjenning, men forblir utilgjengelig for ord og tanker (Kirkengen, 2005). Med andre ord kan vi si at kroppen husker (Jakobsen, 2006; Rothschild, 2000; Van der Kolk, 2014). Også ved senvirkninger etter traumer vil minner kunne være fragmenterte og uintegrerte i langtidshukommelsen, og personen vil kunne oppleve påtrengende gjenopplevelser av hendelsene bestående av fragmenter av emosjonelle responser og sensoriske inntrykk (Axelsen & Wessel, 2006).

3.0 Vitenskapsteoretisk perspektiv

Oppgaven bygger på beskrivelser av menneskers tilknytningsrelasjoner med utgangspunkt i et fenomenologisk perspektiv. Fenomenologien er en bevissthetsfilosofi som klarlegger hvordan verden konstitueres av menneskets intensjonale bevissthet som alltid er rettet mot noe eller noen. Fenomenologien sier noe om vår *væren i og tilhørighet til* verden, og søker på en systematisk måte å forene filosofi, vitenskap og liv (Thornquist, 2003). Gjennom beskrivelser og analyser av bevisstheten med utgangspunkt i menneskets egen livsverden, forklarer fenomenologien fenomener slik de viser seg for den enkelte og umiddelbart sanses (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010; Kvale & Brinkmann, 2012).

Slik intervjuet (AAI) er utformet, er det enkeltmenneskers erfarte livsverden som er i fokus. Livsverden betegner den verden vi erfarer til daglig og har umiddelbar fortrolighet til. Menneskets livsverden er den primære erkjennelsesform, den danner forutsetning for og går forut for all kunnskap og vitenskap. Det er den konkrete, dagligdagse verden som tas for gitt uten reservasjon og med grunnleggende tillit, og som vanligvis ikke reflekteres over. Livsverden er en verden mennesker deler, det er en intersubjektiv verden som har mening og betydning for den enkelte. Mennesket forankrer all erfaring i kropp, og deler sin livsverden med andre mennesker i en sosiokulturell kontekst. (Thornquist, 2003).

Kroppsfenomenologi er særlig Merleau-Pontys bidrag til fenomenologien. Den tar et oppgjør med dualismen og tingliggjøringen av kroppen. Kroppen er erfarende materie, og levd liv har en kroppslig forankring. Alle mennesker har felles erfaringer knyttet til kroppslig eksistens, og kroppsfenomenologien oppvurderer kroppslig kunnskap som prerefleksiv (Thornquist, 2003). Slik denne oppgaven er avgrenset, er det ikke rom for å belyse det kroppslige perspektivet, noe som kunne gitt en mer utfyllende beskrivelse av informantenes livsverden med tanke på emosjoner knyttet til hendelsene som gjenfortelles fra barndommen.

Mennesket som forstående og fortolkende vesen vil alltid til en viss grad fortolke og tillegge mening til fenomener. Hermeneutikkens funksjon er å gi forståelse for hvordan vi forstår, og den sier noe om hvordan vi oppnår gyldige fortolkninger (Thornquist, 2003). Å kunne redegjøre for gyldigheten av fortolkningene, vil utgjøre en stor utfordring, derfor er det tilrådelig å innta en beskrivende holdning og presentere informantenes stemme med minst mulig grad av fortolkning (Malterud, 2013). Fortolkning vil likevel være uunngåelig ved

lesning og analyse av dybdeintervjuene i dette prosjektet, og prosessen som leder til resultat av analyse og drøfting, vil være farget av forfatterens fortolkninger underveis.

Thornquist (2003) skriver at vi i møte med tekstene alltid vil preges av vår tankemessige og erfaringsmessige «bagasje», som vil innvirke på vår forståelse og fortolkning. Den personlige forståelseshorisonten innebærer å operere med forutsetninger som aldri bringes til bevissthet. Denne innsikten leder til en erkjennelse av at det er umulig å være forutsetningsløs, det eksisterer alltid allerede en forutforståelse (Thornquist, 2003). Valg av tematikk og metode, samt hele den analytiske prosessen er preget av forfatterens forforståelse og perspektiv, som er redegjort for i innledningskapittelet.

4.0 Metode

Ved kvalitativ metode søker oppgaven gjennom sin problemstilling innsikt i enkeltmenneskers erfaringer og deres egne fortolkninger av meningsinnholdet i livshendelser. Metoden er egnet til utforskning av sosiale og kulturelle fenomener i sin naturlige sammenheng slik de opplevde av den det gjelder. Den kvalitative tilnærmingen gir mulighet til å belyse dynamiske prosesser som menneskelig samhandling, utvikling og bevegelse (Malterud, 2013).

Hensikten med denne tilnærmingen er å forstå, ikke forklare fenomenet som blir belyst. Målet er å beskrive, ikke predikere. Det er noe annet enn tallenes tale: Den nyanserer kunnskapen og forståelsen av fenomeners egenart, og kan si oss noe om hvorfor mennesker gjør som de gjør og tenker som de tenker (Malterud, 2013). Oppmerksomheten rettes mot de kulturelle og dagligdagse aspektene ved menneskers tenkning og handling, samt måten å forstå seg selv på (Kvale & Brinkmann, 2012).

4.1 Kvalitativt forskningsintervju

AAI er et semistrukturert kvalitativt forskningsintervju utviklet av George, Kaplan & Main i 1984/85 og sist revidert i 1996 (Hesse, 2008; Riber, 2016). Det som her er benyttet, er et *modifisert* AAI, der ordlyden i enkelte spørsmål er endret for bedre å få frem intensjonen med spørsmålet samt fokusere på det hukommelsessystemet som er i funksjon. I tillegg er det lagt til spørsmål som går ut over tidlig barndom og over i ungdomstid, og som dessuten inkluderer spørsmål om trusler utenfor familiesettingen. Disse endringene er gjort med tanke på å kartlegge ikke bare tidlig tilknytning til omsorgspersoner, men samtidig også tilpasningsevne og risiko for utvikling av psykopatologi (Crittenden & Landini, 2011). Intervjueren skal være sertifisert til å gjennomføre et AAI. De aktuelle intervjuene som her ligger til grunn for analysen, er utført av professor Sverre Varvin som er sertifisert for dette.

4.2 Design

Det modifiserte AAI består av 7 deler med totalt 37 spørsmål og mange tilleggsspørsmål. Del I er ment som en orientering om informantens familie i barndommen: Foreldre, foreldrenes levebrød, søsken, besteforeldre, bosted, flytting, tidligste minne osv. Del II fokuserer på relasjon til tilknytningspersoner: Mor, far og/eller eventuelt andre omsorgspersoner. Del III etterspør situasjoner der barnet kan ha følt seg utrygg: Ved leggetid, ved følelser av frykt, når

man var syk, ved fysisk skade, hvis følelsesmessig oppbrakt, ved behov for trøst, ved atskillelse eller dersom foreldrene var sinte, eventuelt barnet var sint på foreldrene. Del IV omhandler skremmende og potensielt farlige situasjoner der barnet har blitt truet med å bli forlatt, fysisk avstraffelse eller misbruk. Del V inneholder spørsmål om tap av nære personer, reaksjoner og følelser i forbindelse med dødsfallene. Del VI spør om barndommen generelt, om personen opplevde seg elsket og hvilken betydning vedkommende tillegger barndommen med tanke på sin personlige utvikling senere i livet og i voksenlivets relasjoner. Del VII tar sikte på å oppsummere erfaringene og reflektere rundt betydningen de har i dag (Crittenden & Landini, 2011).

Intervjuet er designet slik at spørsmålene går fra det mer generelle mot det mer spesifikke. Spørsmålene er utformet med tanke på aktivering av de ulike hukommelsessystemene: semantisk, episodisk, prosedural, bilde- og arbeids-minnet. Spørsmål om å finne fem ord som kan beskrive mor eller far, adresserer det semantiske minnet der det generelle erindres. Når episoder etterspørres, aktiveres den episodiske hukommelsen og vi får informasjon som mer direkte og konkret beskriver informantens livsverden. Beskrivelser av for eksempel rutiner ved leggetid om kvelden, er rettet mot prosedural hukommelse. Spørsmål om det tidligste minnet informanten kan gjenkalle, vil bringe frem minnebilder. De mer utforskende spørsmålene mot slutten av intervjuet, krever tilgang til arbeidsminnet der minnene bearbeides i lys av informasjon fra ulike kilder og blir sammenliknet og vurdert opp mot dette (Crittenden & Landini, 2011). I intervjuguiden er spørsmålene kodet med bokstaver som indikerer hvilken funksjon hvert enkelt spørsmål har med tanke på aktivering av minnet. Intervjuguiden er gjengitt i Appendix IV.

4.3 Valg av informanter

Den opprinnelige studien har 54 informanter. Professor Varvin ved Høgskolen i Oslo & Akershus foretok i første omgang et utvalg blant disse, og gjorde 23 intervjuer tilgjengelige for denne analysen. Denne første utvelgelsesprosessen ble gjort ut fra hans kjennskap til materialet og denne oppgavens problemstilling. I all hovedsak ble intervjuene trukket ut og ikke systematisk valgt. Det ble likevel vektlagt å finne intervjuer med utfyllende besvarelser, mens enkelte ble ekskluderte på grunn av ufullstendige besvarelser og begrensede skildringer av nettopp det problemstillingen etterspør. Intervjuer som var preget av språkproblemer som kunne gå ut over forståelsen, ble også utelukket.

Det er gjort et strategisk utvalg av informanter på grunnlag av det datamaterialet som ble gjort tilgjengelig. Utvalget er gjort etter gjennomlesning av 23 intervjuer, der de 10 ble valgt som tilsynelatende best ville kunne belyse oppgavens problemstilling. Informantene kommer fra 8 ulike nasjoner, og det er 5 kvinner og 5 menn i utvalget. Blant de 13 intervjuene som ble ekskludert, fantes også interessante og relevante skildringer av tilknytningsrelasjoner, som kunne vært tatt med i analysen. Etter første runde i utvelgelsen, besto utvalget av 12 intervjuer: 7 menn og 5 kvinner. For å redusere ytterligere, ble to av de mannlige informantene utelatt, den ene fordi intervjuet var noe ufullstendig i siste del, den andre fordi intervjuet var preget av språkvansker. Å avgrense det til 10 informanter, ble gjort på grunnlag av de gitte rammer med tanke på oppgavens omfang samt tidsaspektet. Samtidig som denne avgrensingen ble gjort, var muligheten hele tiden til stede for å utvide utvalget, dersom det underveis ville vist seg å være behov for det.

Med tanke på oppgavens overordnede problemstilling, som etterspør beskrivelser av barndommens tilknytningsrelasjoner, ble de informantene valgt som ga de mest utfyllende beskrivelsene. Innenfor materialet er det store variasjoner i hvor utfyllende den enkelte har svart på spørsmålene som er stilt. Det kan også se ut til, at hvordan spørsmålene har blitt oppfattet og forstått, og dermed også besvart, kan variere. Ikke minst kan det synes å være store ulikheter i evne til mentalisering og selvrefleksjon blant informantene. De ti som ble inkludert her, var de som ga det rikeste og mest informative datagrunnlaget til å besvare problemstillingen. Utvalget representerer med andre ord høyst sannsynlig de informantene med størst evne til å reflektere og gjenfortelle fra eget liv. Et tankekors er hva de ekskluderte intervjuene ville kunne bidratt med til analysen, ettersom de representerer en gruppe som ikke blir fanget opp i denne undersøkelsen.

Andre faktorer som var medvirkende i prosessen med utvelgelse av informanter, var ønsket om å ha tilnærmet like mange kvinner som menn i utvalget for å ivareta kjønnsbalansen. Så lenge dette faktisk lot seg gjøre, ble det vurdert som gunstig for størst mulig variasjon og bredde i datamaterialet. Da det viste seg å være 8 nasjonaliteter representert blant de 10 valgte informantene, syntes dette også å være gunstig med tanke på det kulturelle aspektet og den innvirkning det muligens ville kunne ha på resultatene av analysen.

4.4 Etisk rammeverk

Helsinkideklarasjonen (WorldMedicalAssociation, 1964) vedtatt av Verdens Legeforening i 1964 og revidert 9 ganger frem til 2013, legger premissene for norsk lovgivning innen

medisinsk og helsefaglig forskning. Forskningsetikkloven (Kunnskapsdepartementet, 2006) og Helseforskningsloven (Helse&Omsorgsdepartementet, 2008) har som formål å ivareta de etiske normene innen forskningen og fremme etisk forsvarlig medisinsk og helsefaglig forskning i Norge. Forskningsprosjekter på mennesker i Norge må i henhold til lovverket godkjennes av regional etisk komité (REK).

Data til denne analysen er hentet ut fra et pågående forskningsprosjekt ved Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk Stress (NKVTS). Det innebærer at godkjenning fra REK allerede forelå, og intervjuene var foretatt da det ble søkt om tilgang til et utvalg av ferdig transkriberte intervjuer. Da formålet med denne oppgaven ligger innenfor den anvendelsen av data som intervjuene var godkjent for, kunne de dermed benyttes til dette prosjektet uten ny godkjenning fra REK. Oppfølging av informantene er ivaretatt ved at de er fulgt i 3 til 10 år med intervjuer og kartlegging før, under og etter behandling i spesialisthelsetjenesten i psykisk helsevern (Opaas, 2006).

Deltakerne i denne undersøkelsen representerer en særlig sårbar gruppe. De har kommet til Norge som flyktninger, mange av dem forfulgt i sine hjemland eller drevet på flukt fra krig. De har ulike traumatiske erfaringer fra blant annet fengsling, tortur, krigshandlinger og flukt, og var under behandling for posttraumatisk stress på tidspunktet intervjuene ble foretatt. De transkriberte intervjuene som er gjort tilgjengelig for dette studiet, var allerede anonymisert og inneholdt kun informasjon om alder, kjønn og opprinnelsesland. Sitatene som er brukt er ytterligere anonymisert ved at det kun er angitt kjønn på den som siteres, og det er ikke gjengitt informasjon som vil kunne være gjenkjennelig med tanke på informantenes identitet. At de ti informantene representerer åtte ulike nasjonaliteter og flere verdensdeler, tilsier at det ikke kan trekke slutninger på grunnlag av antakelser om et bestemt folkeslag eller én bestemt kulturell kontekst.

4.5 Analyse av data

Elo og Kyngäs (2008) beskriver en metode for kvalitativ analyse betegnet som induktiv innholdsanalyse, der et fenomen beskrives gjennom å kategorisere data i meningsbærende enheter. Metoden tar sikte på å avdekke intensjon, mening og konsekvenser av fenomenet som studeres (Elo & Kyngäs, 2008). I pensumlitteraturen er denne metoden beskrevet som analyse av meningsinnhold (Johannessen et al., 2010) eller analyse av mening bestående av meningskoding, meningsfortetning og meningsfortolkning (Kvale & Brinkmann, 2012). Med dette som utgangspunkt, ble analyse av de utvalgte intervjuene gjennomført.

I stedet for å sette opp kategorier på forhånd ut fra forventede funn, ble kategoriene til underveis etter flere gjennomlesninger av de transkriberte intervjuene. Det var de gjentatte gjennomlesningene som førte til at enkelte «overskrifter» sto frem fra tekstene og ble til betegnelsen på hver sin kategori. I første omgang førte dette til hele 16 kategorier med hvert sitt navn og nummer. Avsnitt i teksten ble kodet med nummer, slik at meningsinnholdet kunne overføres til den aktuelle kategorien i matrisen. Helt konkret ble dette nedtegnet på to store plansjer, en for kvinner og en for menn. Slik ville det bli lettere å avdekke eventuelle kjønnsforskjeller gjennom analysen. Samtidig erfarte jeg, at nettopp det å notere for hånd på store plansjer med ulike farger, og med inndeling i kolonner for hver kategori, utgjorde ikke bare sortering og kategorisering av data på papiret, men også strukturering av tankene. Det tilførte et overblikk over materialet og stimulerte til kreativitet i den videre analyseprosessen. Appendix I inneholder matrisen med betegnelsen på de 16 kategoriene data ble plassert i.

Deretter ble data fra de 16 kategoriene omstrukturert til 5 hovedgrupper som besvarer første del av problemstillingen og 3 hovedgrupper som besvarer det andre spørsmålet i problemstillingen. Disse ble oppført på en tredje plansje. Grupperingene representerer meningsfortetning som i neste omgang fører til meningsfortolkning. Resultat av analysen vil bli presentert i kapittel 5. Her vil utdrag av data i form av sitater bli brukt for å illustrere de 8 hovedgruppene. Appendix II og III inneholder matrisene med betegnelsen på grupperingene som representerer funnene i analysen.

4.6 Validitet og reliabilitet

Kriteriene for å vurdere validiteten i en kvalitativ studie som dette, er hvorvidt fremgangsmåte og funn på en riktig måte reflekterer formålet med studien og representerer virkeligheten (Johannessen et al., 2010). I hvilken grad den valgte metoden undersøker det den er ment å undersøke, og i hvilken grad data reflekterer fenomenet som belyses, vil være avgjørende for gyldigheten av studien (Kvale & Brinkmann, 2012). Således er AAI et grundig utprøvet intervju med dokumentert validitet som benyttes i mange land og verdensdeler for å kartlegge tilknytningsmønstre hos voksne (Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2010).

AAI er et standardisert intervju som krever sertifisering av den som skal intervjuer. Det blir gitt en innføring/opplæring også til de som skal tolke og transkribere (Crittenden & Landini, 2011). Det styrker validiteten i denne undersøkelsen at intervjuene er utført av psykiater og psykoanalytiker professor Sverre Varvin som er sertifisert for AAI, før data ble gjort tilgjengelig for analysen som er utført i denne oppgaven.

For å gyldiggjøre analysemåten, kreves transparens i hele prosessen. Det innebærer blant annet systematisk dokumentasjon av alle valg som er gjort underveis. Veien fra rådata til resultat må være tydelig for leseren og gi mening. Forskeren er på ingen måte nøytral eller objektiv i kvalitativ analyse, men bruker seg selv, sin forkunnskap og sin kreativitet i prosessen. Åpenhet og ærlighet er påkrevet i alle ledd dersom resultatene skal kunne anses som gyldige og pålitelige. Dette krever en aktiv holdning av refleksivitet som innebærer at det stilles spørsmålsteget ved egen fremgangsmåte, og at det gis rom for tvil og ettertanke gjennom hele forskningsprosessen (Malterud, 2013). Disse prinsippene er etter beste evne forsøkt etterlevd i prosjektet, og hvilken betydning dette kan ha hatt for resultatene, vil bli diskutert i drøftingskapittelet.

Tydeliggjøring av hvordan data er blitt analysert og tolket, fungerer som argumentasjon for resultatenes reliabilitet (Elo & Kyngäs, 2008). Under redegjørelse for analysemåten så vel som gjennom presentasjon av resultatene, er det tilstrebet å ta med leseren inn i prosessen for å kunne følge refleksjoner og resonnement som ligger til grunn for de valg og slutninger som er tatt. På denne måten argumenteres det gjennomgående for resultatenes reliabilitet.

5.0 Resultat av analysen

Problemstillingen består av to spørsmål. Det første spørsmålet omhandler hvordan tilknytningsrelasjoner i barndommen blir beskrevet, og funnene som besvarer dette er gjengitt under overskriften «Relasjon og roller» med fem undertitler. Andre del av problemstillingen omhandler den betydning barndommens tilknytningsrelasjon tillegges som voksen, og funnene som belyser dette tema presenteres under overskriften «Voksenlivet» med tre undertitler. Undertitlene samsvarer med betegnelse på de åtte hovedgruppene av funn.

5.1 Relasjon og roller

Når informantene blir bedt om å beskrive sin relasjon til mor eller far, beskriver de ikke relasjonen som sådan, men de skildrer mor eller far slik de husker dem. På grunnlag av fem adjektiv de velger til å beskrive hver av foreldrene, blir de bedt om å gjenfortelle en situasjon der nettopp den egenskapen ved mor eller far var viktig. Slik blir hendelser fra barndommen hentet frem i minnet, og historiene skildrer samtidig ulike aspekt ved tilknytningsrelasjonen.

Det som trer frem fra informantenes fortellinger, er rollene foreldrene hadde i deres liv som omsorgspersoner. Via de 16 kategoriene som ble etablert i første ledd av analysen, ble 5 undergrupper etablert for å kunne svare på det første spørsmålet i problemstillingen: Hvordan beskriver voksne, krigstraumatiserte flyktninger sine tilknytningsrelasjoner i barndommen?

- Den som forsørger
- Den som oppdrar
- Den tilstedeværende / fraværende
- Den trygge / utrygge
- Den som formidler verdier

5.1.1 Den som forsørger

Informantene skildrer hardt arbeidende foreldre. I de fleste tilfellene jobbet mor hjemme og far ute, enkelte mødre påtok seg i tillegg arbeid utenfor hjemmet for å avhjelpe familiens økonomi. De fleste informantene vokste opp i barnerike familier med inntil ti søsken. En kvinne som var den sjette av syv barn, sier om forholdte til mor:

«Det var bra, det var ikke noe å utsette for. Hun jobbet og sørget for oss barna og var glad i oss. Ja, hun var snill, hun jobbet hardt for å sørge for oss barna.»

En annen, nummer syv av åtte barn, sier om far:

«Han jobbet veldig, veldig hardt. Alltid. Han jobbet hardt, passet på for å gi oss normalt liv.»

Mange vokste opp under fattige kår. De skildrer mødre som jobbet fra morgen til kveld for å ta vare på barna, sørge for mat, klær, rent hus og få barna på skolen. Fedrene var som regel på jobb fra tidlig til sent, slik at barna i mange tilfelle knapt så far annet enn den ene dagen i uken da han hadde fri. En kvinne som var i midten av en søskenflokk på ti, forteller at de var velstående inntil faren døde da hun var 7 år. Etter dette måtte moren ta arbeid utenfor hjemmet for å forsørge den store barneflokk, og de eldste måtte ta vare på de yngste hjemme. En annen kvinne forteller at to av ti søsken ble sendt på barnehjem da de var 5 og 7 år gamle, etter at moren ble enke og strevde med å forsørge familien. En mann som selv var eldst av syv søsken, ble sendt bort til slektninger langt hjemmefra i to år i alderen 7-9 år.

Sammen med disse beskrivelsene av foreldrenes krevende hverdag, følger ofte utsagn om at foreldrene gjorde alt hva de kunne for å gi sine barn et godt liv og en bedre fremtid. En kvinne som vokste opp i en søskenflokk på åtte barn, sier det slik:

«I livet var jeg oppvokst i, ikke opplevd ingenting, fordi vi hadde alt nok som barna trenger. Foreldrene ga til oss alt som vi trengte. Han jobbet veldig hardt for å gi til oss normalt liv, for å gi utdanning. Vi hadde der ikke som her gratis utdanning, man må betale der vet du... hver semester man må betale, derfor foreldrene jobbet veldig hardt for å oppdra oss.»

Analysen viser hvordan informantene er opptatt av foreldrene som forsørgere av deres materielle behov og mulighet til skolegang. Foreldrenes anstrengelse for å gi sine barn en «normal» oppvekst og en bedre fremtid, blir forstått som uttrykk for kjærlighet og omsorg. Fattige kår blir samtidig en forklaring og begrunnelse for at foreldrene hadde begrenset mulighet og kapasitet til å vise omsorg og kjærlighet på andre måter.

5.1.2 Den som oppdrar

Mange av hverdagshistoriene som fortelles, handler om hvordan foreldrene oppdro barna. De fleste beskriver mor som streng, enkelte opplevde mor som ukjærlig og til tider slem. Ellers er mor fremstilt som både streng og snill, mens noen poengterer at hun ikke var streng, en beskriver henne som myk. Far er i de fleste historiene ikke på samme måte involvert i den

daglige oppdragelsen, men har oftere hatt en rolle til å rettlede/veilede og gi opplæring i praktiske oppgaver, da mest i forhold til guttene.

«Ja, at alle foreldre vil at barna deres skal ha det godt og fint og at de skal være ordentlige og ikke bli et tema for baksnakking av andre, og når de tenker på giftermål senere og sånn. Alle foreldre vil at barna skal oppføre seg bra og gjøre gode ting, og de oppdrar etter det.»

I dette utsagnet generaliserer kvinnen som snakker, hun gjør antakelser om foreldre generelt og deres intensjoner i barneoppdragelse. På denne måten distanserer hun seg muligens fra sin egen personlige historie, kan hende er det noe her som er vanskelig å snakke om og forholde seg til. Utsagnet fungerer tilsynelatende som en rettferdiggjøring av foreldrenes atferd og en forklaringsmodell som kan gi mening til det som ellers ville være ubegripelig for barnet.

Fysisk avstraffelse er beskrevet som en naturlig del av oppdragelsen, det fortelles om ørefik, dask/ris, juling, slag med pisk og harde gjenstander som metallrør og sonde. Her er det gjennomgående at guttene har fått den hardeste medfarten. En mann sier fysisk avstraffelse var sjelden, men han kan huske å ha blitt slått med pisk, noe han anså som normalt. Det er særlig to av mennene som beskriver gjentakende og omfattende grov vold gjennom hele barndommen. Den ene opplevde mishandling både fra mor og far, selv bruker han ordet tortur når han gjenforteller. Han beskriver enkeltepisoder som er både sjokkerende og graverende, og sier samtidig at dette bare er eksempler på det som skjedde gjennom hele oppveksten. Den andre mannen forteller om gjentakende vold både mot ham selv og moren fra en onkel som bodde sammen med dem. I to år bodde han dessuten langt hjemmefra hos slektninger, der ble han mishandlet og forsømt på det groveste. Han fikk i tillegg ofte juling av lærer på skolen.

«Jeg var seks år. Seks år, sju år – hele tida jeg fikk juling. Mm. Så min lærere var også... også veldig sånn... mm...sånn juling av lærerne man fikk. Fikk mye juling og sånn. Fikk og straffer og sånn...forskjellige måter å gjøre...sånn...sånn stein oppå her og så røre sånn...»

Av de ti informantene er det kun de to mennene som angir volden de var utsatt for som nedbrytende og skadelig. De andre informantene anser det de erfarte av fysisk avstraffelse som en naturlig og normal del av oppdragelsen.

Kjeft, utskjelling og verbal trakassering har vært en del av hverdagen for flere av informantene. Det er særlig mor som blir beskrevet som kjeftete. Enkelte sier at mor alltid var sint, alltid kjeftet og skrek til barna. Det kunne gjelde små bagateller, og opplevdes ofte som urimelig. Både kvinner og menn skildrer mor på denne måten. En av kvinnene opplevde trusler om å bli slått i hjel som verre enn fysisk avstraffelse:

«De pleide å si: Vi skal slå deg i hjel! Hvis jeg gjorde noe galt, men jeg ble faktisk mer redd hvis de sa at de ville slå meg i hjel, eller at de ville slå meg, enn at de slo meg med én gang. Hver gang de truet med at de skulle slå meg i hjel, så var jeg veldig redd og ventet at det skulle skje. Dagen etter, hvis det ikke har skjedd og de ble glade igjen og smilte, så tenkte jeg at de kanskje hadde glemt det jeg gjorde.»

En av mennene forteller at mor kalte ham dum og truet med å gi ham blåmerker på kroppen. Hun slo ham ofte og veldig hardt med gjenstander som sonde, kabel, wire og metallstang. Hun viste aldri medlidenhet med ham selv etter den grovste mishandling, og ba aldri om unnskyldning:

«Når hun slo, hadde hun ingen barmhjertighet: dette her er barnet mitt. Dette er et barn. Men kanskje jeg var en alt for hard unge. Ja, det stemmer, jeg var en veldig hard unge, men hun var så sterk. Jeg så ikke mamma smile når jeg var barn. ...Når du har et barn som blør, og det er du som har slått det barnet, ville du sikkert si ja, du har gjort noe galt. Du ville si unnskyld, det var ikke meningen. Nei, hun ville sagt: jeg burde gjort det enda mer! Enda mer på deg!»

Bruk av skyld og skam har også for enkelte preget oppdragelsen, særlig for kvinnenes del. Det handlet mye om hvordan man som jente skulle te seg av respekt for foreldrenes gode navn og rykte. Restriksjoner som ble gitt, handlet om ikke å være ute med venner, ikke se på visse filmer, ikke få dårlig rykte med tanke på senere giftemål og ikke bringe skam over familien:

«Moren likte ikke at vi går ut og samler oss jentene utafør døren. Vi måtte ikke se på film også, vi måtte gå til sengs tidlig. Det er asiatiske kultur: Jentene må holde seg inne.»

Det var viktig at familien ikke ble gjenstand for sladder og rykter på hjemstedet, derfor skulle ikke konflikter og problemer innad i familien snakkes om. En kvinne forteller:

«...det var ikke så mye å snakke om – hvordan vi har det, hvordan situasjonen hvor du vokser opp og hva kan komme til å skje eller hvordan det blir og sånne ting.... den gangen jeg var barn, og så jeg hadde ikke så mye å si.. vi ble oppdraget å være, for eksempel respektere at hun er en person som vil at alt er bra – at vil ikke at alt det som skjer eller skjedde hjemme eller blir noe sånn uenighet, at det skal ikke gå gjennom døra til hele bygda vil snakke om, hvis det skulle skje.»

En annen kvinne sier moren ga henne skyldfølelse ved stadig å påpeke hvor hardt foreldrene måtte slite for å forsørge barna. Mannen som skildrer den groveste mishandlingen i barndommen, antyder i intervjuet at han selv kan ha skylden for måten han ble behandlet av foreldrene, siden han var en urolig gutt og sikkert ikke så lett å oppdra.

Respekt er et ord som går igjen hos alle informantene. Respekten for foreldrene kunne for mange innebære at det var utenkelig å bli sint på foreldrene, vise følelser i gitte situasjoner eller gjøre opprør. En kvinne sier hun lærte at det var hennes plikt å være takknemlig og respektfull overfor foreldrene, hun hadde ikke rett til å klage på noe. Flere av mødrene har særlig vektlagt respekten for far som familiens overhode. En kvinne forteller at hennes foreldre viste hverandre gjensidig respekt, og at de begge innprentet barna å respektere den andre forelder. En mann som beskriver en meget streng moralsk oppdragelse, fremhever samtidig kjærlighet og respekt som det viktigste i familien. Til tross for mange restriksjoner og harde straffer ved forseelser, omtaler han familien som snill, hyggelig og kjærlig. Om forholdet til foreldrene sier han:

«Sånn..eh.. alltid gitt oss kjærlighet, og jeg er kjempeglad i dem. Enda jeg nå så er jeg kjempeglad i dem.»

Gjennom analysen ser vi hvordan foreldrenes oppdragerrolle har preget relasjonene som beskrives. Respekt og lydighet overfor autoriteter har vært vektlagt, og virkemidlene som har blitt brukt har vært restriksjoner, straffesanksjoner, verbal trakassering, trusler og vold. Autoritær oppdragelse medførte lydighet, men samtidig tilbakeholdte følelser hos barnet og umøtte behov for nærhet, trøst og trygghet.

5.1.3 Den tilstedeværende / fraværende

De fleste informantene sier at mor «alltid» var hjemme. Likevel var hun ikke nødvendigvis tilgjengelig for sin datter eller sønn. Disse mødrene var hardt arbeidende med alt ansvar i hus og hjem, ofte med mange barn å ta seg av. Enkelte setter ord på at de savnet tid med mor:

«Ehh... jeg vet ikke det er ikke så mye å si, å bli snakket eller hadde ikke så mye tid at eh.. sette seg ned og ta prat som mor-datter og... Eller det var den tida, det var ikke noe naturlig. Måtte bli litt sånn eh.. måtte forsørge, måtte jobbe, måtte... rekke alt, fra husarbeid og til og med. Alt sånn.»

«Hun var til jobb og hun jobbet hele dagen, og så da kom hjem og var trøtt og sliten og hadde ikke tid for oss – ja, samme som her, folk løper rett på jobb og kommer hjem og spise og sove. Jeg husker jeg hadde hodepine hele tiden – veldig, veldig sterk hodepine.»

Mange tegner et bilde av en mor som er travel, sliten, frustrert, sint, streng og kanskje også deprimert? Andre skildringer av mor viser til at hun midt i alt sitt strev var kjærlig og imøtekommende, ga trøst, leksehjelp og veiledning. Mange av minnene handler om at mor sørget for varm mat og rene klær, og at hun på denne måten var tilstede og delaktig i barnas liv.

Far har for mange vært mer eller mindre fraværende gjennom arbeidsuken, men så er det flere beskrivelser av samvær med far på fridagen. Fedrene kunne da leke med barna, spille fotball eller sjakk, fortelle historier, tulle og tøyse. Noen fedre har tatt barna med på tur og kjøpt is, sjokolade og gaver til dem:

«Pappa, han var eh...meget opptatt på jobben. At eh...han har bare helgene som hos oss søndager – eller lørdag. Og søndager etter kirken, så går vi ut sammen med han på kamp eller sparke fotball sammen og leke og bader og...ja. Han var jo meget snill og.»

Det har ikke alltid vært trøst å få, flere sier de måtte håndtere det som var vanskelig alene. Noen sier mor var for travel eller at det ikke var rom for å vise at man var lei seg:

«Nei, ingen som, ikke som gjelder... bryr seg. De hadde ikke råd å sette seg ned og...»

Enkelte har fått trøst av en bestemor som var tilstede eller en storesøster. Ved alvorlig sykdom eller skade derimot, beskriver flere av informantene at de opplevde ekstra omsorg og oppmerksomhet fra både mor og far. De har da hatt forståelsen av at foreldrene har vært oppriktig bekymret og opptatt av å ivareta dem:

«Alle var veldig flinke som gjelder det å ta seg av barn når jeg er syk. Bli ikke forlate eller alt det.»

«Mest da jeg var syk dere holdt meg, men ikke for ellers.»

Omsorgspersonene har ikke alltid vært like tilgjengelig for hvert enkelt barn i familien i følge informantene. Det gis beskrivelser av favorisering, og noen anser seg selv for å ha vært mor eller fars favoritt:

«Faren liker alle barna, men jeg var sær – jeg husker han liker meg mer.»

mens andre har følt seg tilsidesatt:

«Han bryr seg om brødrene mine, ja, men ikke meg.»

«Jeg husker henne ikke sånn... så mye mamma smile. Når hun smilte, hun smilte til brødrene mine, de eldste, hun smilte mot pappa. Jeg følte dette her!»

Det er også en som poengterer at foreldrene ikke forskjellsbehandlet, men var like glad i alle barna:

«Men jeg må også si at faren min ville aldri ha sånn pappas jente, og mor ville ikke ha mammas jente eller mammas gutt og sånne ting. Det ville de ikke ha.»

En kvinne beskriver forskjellsbehandling mellom jentene og guttene i familien:

«...eh, familien likte mest gutter i Asia enn liker jenter som kommer... De foretrekker gutter i familien enn å hadde jente.»

En mann sier noe av det samme, slik han selv erfarte det:

«Farmor har vært med meg mye. Det er... folk kalle sånn gullunge. Første, sånn barnebarn... jeg var. Første barnebarn, og så en gutt. Det er... du veit det er kultur der og sånn. Å være gutt og så det være gull.»

Analysen viser at foreldrene gjennomgående ikke hadde tid og krefter til å være tilstede for barna utover å sørge for mat, hus og skolegang. I de barnerike og fattige familiene hadde begge foreldre så mange arbeidsoppgaver, at tid til prat, kos, trøst og annet samvær var begrenset. Relasjonen mellom foreldre og barn ble preget av at foreldrene var slitne og ikke hadde nødvendig overskudd til å kunne se barnet individuelt, mens barnet på sin side ikke ville belaste foreldrene unødige ved å gi uttrykk for sine følelser og behov. Gutter har i mange familier vært foretrukket fremfor jenter, og dermed også blitt sett og møtt på en annen måte enn jentene.

5.1.4 Den trygge / utrygge

Historiene bærer preg av mye utrygghet i informantenes barndom. Utrygghet har i noen tilfeller vært forårsaket av ytre omstendigheter som krig, i andre tilfeller av forhold innad i familien. Et spørsmål til tekstene er i hvilken grad det fantes trygge omsorgspersoner i barnas liv, som evnet å beskytte dem og tilføre trygghet?

En liten jente overhørte en samtale mellom foreldrene som skremte henne, men det tok flere år før hun våget å si noe om det:

«Moren min var mye syk, og de var litt overtroisk og tenkte at det var best å ikke holde meg med moren min, og jeg var syk og ikke lett å ha med å gjøre. Så en dag overhørte jeg en samtale at de ville gi meg til en dame, og de sa navnet på damen. Etter den samtalen og hver gang hun hadde vært på besøk, så gjemte jeg meg, ville ikke møte henne. Mye senere da jeg var blitt eldre, så spurte jeg dem om den episoden og om det var sant at de ville gi meg bort, så sa de nei – de sa bare at mor var syk og jeg var mye syk og at de ikke hadde tenkt å gi meg bort.»

En annen forteller at hun ofte var redd, men snakket ikke om det til noen. Mor var streng, og datteren var redd for kjeft og fysisk avstraffelse. Dessuten hadde mor mye å gjøre, og det var ikke tid til å snakke om hvordan man hadde det. Det ble fortalt historier om jenter som ble bortført, noe som gjorde henne redd for å gå ut til utedoen:

«Jeg husker at...vi tenkte ikke på det den gangen. Tror jeg. Om trygghet eller sånn. Det var ikke så mye snakking om eh, som i dag. Om det er trygt eller utrygt.»

I familien der både mor og far var voldelige, beskriver sønnen et fryktregime:

«Som far – ja; han er farlig. Han var sjalu på mamma. Han begynte å slå mamma. Slå alle sammen. Han trodde mamma var utro hele tiden. Det var det. Aggressiv? Alltid! Sint, sur. Aggressiv. Når pappa kommer hjem og sove, vi turte ikke å leke hardt at pappa skal ikke våkne. Når han våkne seg, han kommer å slå. Eller rop – eller hissig. Pappa slår ikke, men når han slår, han slår ganske alvorlig. Jeg var ti år gammel. Han pappa løfte meg opp og kaste meg på gulvet. Jeg husker det. Ja, jeg husker veldig godt. Redd? Jaaa, veldig redd. Jeg pissa på meg når han løftet meg»

Gutten som ble sendt bort i to år forteller at han var veldig redd i den perioden. Da faren kom på besøk for å se til ham, ville han ikke si noe om hvor fælt han hadde det og hvor redd han

var. Først som voksen fortalte han hvordan han hadde hatt det hos farens familie:

«Faren min er kommet besøkte meg – masse gaver og sånne ting, og. Han sagt til meg, hvis du...mm, vil du ikke bli være her, jeg...Tanta mi – jeg var barn, ikke sant? Hun pressa meg og sånne ting – jeg var redd for hennes. Ja. Jeg sa nei, jeg bra og sånne ting. Men når jeg voksen, jeg forklarte faren min. Det var den tida jeg var redd»

En kvinne som var nest yngst av åtte barn, forteller om sterkt samhold innad i familien og trygg tilknytning til begge foreldre. Oppdragelsen var streng og det ble krevd stor respekt overfor foreldrene, særlig far. Kjærlighet, varme og samhold mellom søsknene ble også vektlagt i oppdragelsen, og i denne familien forekom ikke trusler, vold eller verbal trakassering. Til tross for krig, gir hun uttrykk for å ha kjent seg trygg:

«...Helse er også viktig, men ikke viktig enn foreldrene – det er min mening. Derfor de ga til oss kjærlighet. Hvordan jeg visste det, fordi vi hadde alltid varm mat, vi hadde varm hus, vi hadde alt sånn. Det trodde jeg at det var kjærlighet som vi hadde mellom oss. Og vi visste også, ja, de jobber veldig hardt for å gi til oss normalt liv og det er kjærlighet til hverandre. Fordi de hadde kjærlighet til oss og vi visste det, fordi de bekreftet med jobben sin og sånne ting.»

«Når pappa hadde, jeg aldri tenkte at det er utrygt. Derfor aldri tenkt at er utrygt og sånn.»

En annen forteller på samme måte om en familie preget av kjærlighet og varme. Hun gir uttrykk for stor respekt for foreldrene, og beskriver trygg tilknytning til dem som barn. Hun trekker også frem betydningen av å vokse opp i trygge omgivelser der storfamilien og naboer stilte opp for hverandre og stolte på hverandre:

«I barndommen hadde jeg så hyggelig, så koselig at jeg føler at ikke mange hadde det sånn som jeg. Husene var fulle av folk – det var tanter, kusiner, onkler, det var mange mennesker rundt deg. Vi låste aldri dører! Vi hadde bakgården og der var også en port som ikke var låst, og det egentlig sånn skinne som man kunne låse, men det var ikke engang lukket – det var åpent. Men jeg må også si når det gjelder naboer, der var heller ingen som låste dører. Det var åpent overalt, ja. Jeg synes det var veldig viktig å påpeke at det var fredelig og – skal vi si – folk var glad i hverandre.»

En mann som vokste opp på gård sammen med mor, far og en eldre halvsøster, gir uttrykk for alltid å ha følt seg trygg. Han opplevde at familien fungerte sammen som et team gjennom det praktiske arbeidet på gården, og naboer hjalp hverandre og stilte opp for hverandre som om de var familie. Han trekker særlig frem mor som den kloke og gode omsorgspersonen som hadde tro på ham og spilte en veldig viktig rolle i livet hans:

«Heh! Det er hele livet! Det fungerte og... og jeg stoler på henne. Hver gang de sier...vil de jobbe noe, har en idé, og hun er på min side. Og av og til hun sa: Me skjønner ikke alt. Hva tenker på, men hvis du vil gjøre det og hvis du tror at det blir bra sånn...da skal jeg gjøre det»

Gjennom analysen ser vi at flertallet av informanter beskriver å ha kjent seg utrygge i sin barndom, men vi får også skildringer av opplevd trygghet innad i familien. Noen har blitt trygget av voksne omsorgspersoner som foreldre eller besteforeldre, men mange har vært alene med sin frykt uten noen å snakke med om det som var vondt og vanskelig. I enkelte tilfeller er det barnets nærmeste tilknytningsrelasjon som har representert det utrygge, og barnet har ikke hatt noen trygg havn å søke til.

5.1.5 Formidler av verdier

En av rollene omsorgspersoner har spilt i informantenes liv gjennom oppveksten, er som formidler av verdier. Disse verdiene kommer til uttrykk både gjennom det som ble vektlagt i oppdragelsen, men også gjennom måten foreldrene levde sine liv og ivaretok barna. Det som fremkommer i intervjuene, er særlig viktigheten av lydighet, respekt, ærlighet, samhold innad i familien, utdanning og hardt arbeid. Sitatene nedenfor illustrer dette på en god måte:

«Det er sånn de lærte meg og de bygget mm... fra nede, fra fundament. Det er som karakter, når man har god karakter – bli snill og sånn, ikke bli sånn eller... I dag tror det er veldig viktigst å være snill mot andre folk. Være ærlig også.»

«Vær snill, tålmodig... gjestelig har jeg lært. Gjestelig, være tålmodig, snill... hjelpsom – har jeg lært fra barndom, fra familien. Og litt religion.»

«...Og det er en ting det er veldig viktig for meg, at det er respekten for hver person det skal være tilstede. Det skal være fra barndommen til voksen alder.»

«Kanskje jeg har lært det meste av mor eller sånne ting og... oppførsel og sånne ting, og at eh... livet er ikke så enkelt og at man må bare jobbe eller prøve å... å klare seg. Ikke sette seg ned og vente at det skal bli deg eller meg eller noe sånt. Ja.»

«Jeg har lært om kjærlyghet og respekt.»

Det er ikke så ofte ordet kjærlyghet blir nevnt, og flere sier det ikke var naturlig å uttrykke kjærlyghet verbalt eller gjennom kjærtegn. De fleste gir likevel uttrykk for en visshet om at de var elsket av foreldrene, og viser til hvordan dette ble formidlet gjennom den daglige omsorgen for barna og samholdet innad i familien. En mann forklarer det slik:

«Foreldre de har... de har et organ inn i kroppen, gir kjærlyghet og barmhjerte, og de støtter barna – uansett. Dette er akkurat sånn da, kan du si, en trådløs signal, de gir hele tiden.»,

mens en annen mann sier:

«Fordi de alt... alltid var på, på samme side og... man må ikke si det, men det...»

Slik oppsummerer noen av informantene hva de sitter igjen med av lærdom fra foreldrene. Det er ikke bare disse uttalelsene som sier noe om verdiene de fikk med seg i oppveksten. Mange av situasjonene de gjenforteller illustrerer hvordan verdier ble formidlet til dem som barn i dagliglivets små og store hendelser. Det fremkommer også når informantene snakker om sitt voksenliv, at de har med seg verdier som fortsatt preger dem. Analysen viser at mange av informantene er bevisste på hvilke verdier som ble videreført i relasjonen mellom dem selv og foreldrene og at de bærer denne arven med seg i sitt voksne liv.

5.2 Voksenlivet

Det er særlig del VI og VII av det modifiserte AAI som belyser det andre spørsmålet i problemstillingen, nemlig hvilken betydning tilknytningsrelasjonene fra barndommen tillegges i dag. Informantene blir spurt om hvordan de selv mener barndomserfaringene har påvirket deres personlighet i voksen alder, og om de anser at noen av erfaringene de har fra barndommen kan ha vært til hinder for deres personlige utvikling. Analysen førte frem til tre hovedgrupper som belyser ulike aspekt ved voksenlivet som informantene mener er preget av barndommens tilknytningshistorie:

- Relasjon til partner
- Relasjon til egne barn
- Videreformidling av verdier

5.2.1 Relasjon til partner

Det er kvinnene som i størst grad setter ord på hvordan relasjonen til foreldrene har hatt innflytelse på relasjonen til partneren i voksenlivet. Her trekkes mor frem som rollemodell og forbilde med tanke på hvordan hun forholdt seg til sin ektemann. En kvinne sier:

«Det jeg har lært mest er hvordan det er å ha barn og være mor og være gift. Jeg så hvordan foreldrene mine var mot oss, og så var jeg en periode svigerdatter – jeg bodde hos familien til mannen min – og jeg lærte av svigersøstera mi hvordan hun var hos oss, slik at jeg oppførte meg sånn, prøvde å oppføre meg eksemplarisk slik at de skulle like meg eller ha et godt forhold til meg.»

En kvinne mistet far da hun var 7 år gammel. Senere ble det onkelen som fant ektemann til henne, en fjern slektning av faren og mye eldre enn hennes selv. I intervjusituasjonen med mannlig intervjuer og mannlig tolk gir hun uttrykk for at det er vanskelig å snakke om relasjonen til ektemannen. Likevel kommer hun med dette utsagnet:

«Mannen min er veldig snill og grei mann. Jeg gjetter bare at han er glad i meg. Jeg prøver også, jeg er glad i han inne i meg, selve hjertet, men jeg klarer ikke å gi ut all følelsene. Og han føler at jeg er ikke glad i han. Det er sånn, du vet, asiatiske kvinner kanskje ikke så flink å vise følelsene sine mot mannen. Men jeg liker han. Til tross for han er eldre enn meg, vi har en stor aldersforskjell. Til den vinkelen jeg ser, synsvinkelen, jeg ser på han – han er en person som er veldig grei og så han setter pris på barna og familien sin. Jeg gidder ikke å sitte med han som en dame, prate med han og kose og gå ut og sånn – jeg gidder ingenting. Jeg gidder ikke.»

En av kvinnene sier at foreldrenes gode forhold seg i mellom har påvirket henne med tanke på hvordan hun forholder seg til sin egen ektemann. Hun ser mor som et forbilde, og lærte av hennes eksempel. Hun gir dette som begrunnelse for de sterke båndene mellom henne selv og ektemannen i dag. En annen kvinne sier hun har bedt til Gud om at hun må dø før mannen, for hun kan ikke tenke seg å leve uten ham:

«32 år vi var sammen, fullt 32 år. Hvis – vi får vel si det slik – jeg skulle velge på nytt, hadde jeg valgt samme mann igjen. Men noen sier at en kunne aldri tenke seg å gjøre det samme, men jeg kan ikke skjønne det.»

En av kvinnene setter ord på at foreldrene snakket alt for lite med barna om voksenlivet. Hun måtte finne ut av ting selv, takle ting alene, være sterk i alle situasjoner. Foreldrene var ikke så fornøyd med hennes valg av ektemann heller. Når hun ser tilbake, synes hun ikke foreldrene var noe forbilde for henne, de var ikke til hjelp.

De mannlige informantene sier ikke mye om foreldrenes innvirkning på deres relasjon til partner i voksenlivet. En sier likevel at hans foreldre ga ham dette rådet for valg av partner:

«Mm. Ja, de...de ofte sa at det er ikke viktigste... det er pen jente eller – om det er en god person, det er viktig.»

En mann oppfatter spørsmålet om relasjonen til foreldrene har forberedt ham til å fungere i et kjærlighetsforhold som voksen, som et spørsmål vedrørende seksuelt samliv:

«Nei. Min egentlig er sånn sterk kultur. Dem viser ikke sånn seksuell eller kjærlighet... Nei, jeg har sånn sterk kultur, sånne ting – ikke snakk. Nei. Nei, nei nei. Det er sånn veldig kultur egentlig. Ja, ja. Aldri... sånne ting, snakk... Nei, nei. Ikke kjærlighet, ikke sex, nei. Det er motsatt...»

Den mannen som tidligere beskrev systematisk grov vold fra både mor og far gjennom hele oppveksten, sier han har mange kjærester, men vil ikke bli glad i noen, vil ikke knytte seg til noen. Han stoler ikke på noen av kjærestene sine, han er redd de skal svarte ham og dolke ham. Han beskriver seg selv som egoistisk og manipulerende i disse forholdene. Han sier:

«Jeg vil ikke ha min egen barn. Jeg vil dø uten generasjon: jeg vil bli borte uten min generasjon. Jeg er redd for skal gifte meg – få barn og miste håp. Eller kjærlighet. Der er eneste.»

Analysen tyder på at det er kvinnene som har reflektert mest over sammenhengen mellom sin relasjon til foreldrene og sin relasjon til partner. Flere av kvinnene trekker frem mor som forbilde i parforholdet, og har bevisst valgt å lære av henne. Det kan virke som mange av informantene opplever det fremmed og uvant å skulle snakke om forholdet til partneren.

5.2.2 Relasjon til egne barn

Informantene beskriver foreldrerollen som utfordrende særlig fordi alt er annerledes enn da de selv vokste opp. Flere sier de gir sine barn større frihet enn de selv fikk som barn.

«Helt... nå... helt annerledes – forskjellige meg. Fordi mine foreldre de oppdra meg på en gammeldags... eh, gammeldags måte. Nei, det det... det er ikke samme, det kan ikke sammenliknes. Jeg prøver å gi litt mer frihet til barna mine. Mye mer, og snakket med dem om de tingene som kommer. Og forberede at de blir ikke bare... at det skjer også, da blir de... bange»

«Ja, det er litt... litt forskjellig. Mine foreldre var veldig sånn (2-3 ord uhørbart) sånn og sånn og... hadde respekt... alle, og... Det er bra, men jeg ser at livet er ikke så perfekt... nå at man... hvis vil gå opp nå, må lære også det at om jeg kjenner at barn... det er ikke perfekt.»

En kvinne forklarer at hun syns foreldrene var for strenge, og at hun ikke vil være like streng mot egne barn. Selv fikk hun ikke gå ut av huset og treffe venner, men ønsker at hennes egne barn skal få komme ut og ha det gøy. Det er også mange som gir uttrykk for at de forstår bedre hvorfor foreldrene var som de var, etter at de selv ble foreldre:

«Fordi nå som jeg har familie selv og har barn, og tenker tilbake på mine foreldre – hva de gjorde for meg – og tenker at kanskje de var strenge på den tida da. Men nå som jeg er glad i barna mine så vet jeg også hvorfor mine foreldre gjorde som de gjorde.»

«Og når man selv blir foreldre, når jeg ble mor, da skjønner jeg hvordan foreldrene har hatt det osv. Det føler jeg.»

«Jeg forstår det etter jeg blir født barn. Så jeg forstår det når foreldrene mine støtte meg – etter jeg har fått barn.»

«Nå jeg skjønner mm... flere ting bedre. Når jeg har barn.»

En kvinne gir uttrykk for at hun ønsker å være på samme måte mot egne barn som hennes foreldre var mot henne.

«Ja, alt jeg vil gjøre som (2 ord uforståelig) fordi de lærte meg veldig nyttig for livet mi... mitt, og det kan overføre til livet barns også fordi de oppdra meg veldig (1 ord

uforståelig) synes jeg, og det er sant og så sikkert at vi alle søsken er i dag veldig god kontakt. Vi bekymrer hverandre når skjer noen ting og sårne ting. Derfor i dag jeg vil lære mine barn også samme som de lærte oss.»

Mannen som opplevde å bli sendt bort hjemmefra som barn i to år, ville derimot aldri gjort det samme mot egne barn:

«Jeg vil ikke sende barna mine til... tant... søstera mi eller broren min. Nei. Dem gjør. Jeg gjør ikke. Nei. Passe på sjøl. Jeg gjør det sjøl.»

To av kvinnene har opplevd å miste barn. En av dem forteller om en datter på to år som ble syk og døde. Så klarer hun ikke fortelle mer, det blir en lang stillhet før de går videre med intervjuet. Den andre kvinnen mistet to barn med noen års mellomrom, begge døde som babyer. Hun erfarte at hennes egne foreldre ga god støtte i sorgen:

«Det var vanskelig. Men det tok ikke ett år før jeg fikk en sønn. For både far og mor, de hjalp meg veldig mye den gangen, husker jeg. De prøvde å fortelle at de også mistet barn, altså, det er noe normalt som skjer blant mennesker. For de prøvde at jeg må forstå at slike ting skjer – at man blir født, men også blir borte. Det gjelder hos alle.»

Mange av informantene har opplevd tap av nære familiemedlemmer og venner i sin egen oppvekst, og enkelte bekrefter at det har gjort dem redde for at deres egne barn kan komme til å dø fra dem. En mann som mistet mange familiemedlemmer i løpet av oppveksten, sier han ikke klarer å reise bort fra barna sine i det hele tatt. En annen mann som mistet sin beste venn i sykdom som liten, sier:

«Nei, jeg vil ikke miste barna mine. Jeg har elsket dem hele tida. Hva skjer med barna? Hva skjer, sårne ting. Jeg ser sånn film, jeg tåler ikke å se film og sårne ting. Med foreldre mister barn og sånn. Men er verste jeg veit... Redd for å dø og redd for å skade seg og sårne ting, ja.»

Noen nevner også at de er redde for at barnas trygghet her i Norge, om de kan komme til å bli kriminelle, bruke narkotika eller bli offer for rasistisk motivert vold. En mann er opptatt av å veilede sin tenåringsdatter så hun ikke skal være med venner som har dårlig innflytelse:

«Jeg gir dem masse veiledning og... for at de skal ikke bli ødelagt. Vil gjerne bestemme alltid hvilken retning hun skal gå. Men jeg nekter ikke hundre prosent, så hun må selv (3 ord uforståelig).»

Analysen viser at informantene er opptatt av hvordan de skal fylle foreldrerollen i en annen tid enn den de selv vokste opp i, hvordan de skal gi barna sine en god oppdragelse og en trygg oppvekst i den kulturen og konteksten de lever i dag. De opplever å ha fått større forståelse for sine egne foreldre etter at de selv ble foreldre. De gir egne barn større frihet enn de selv fikk som barn, men gir samtidig uttrykk for at de ønsker å videreføre mye av den oppdragelsen de selv ble gitt i barneårene. Oppdragerrollen beskrives som utfordrende.

5.2.3 Videreformidling av verdier

Å oppdra sine barn i en annen kultur og kontekst enn man selv har vokst opp i, kan by på utfordringer spesielt med tanke på hvilke verdier man bærer med seg i egen kultur og tradisjon. Særlig én av kvinnene nevner kulturforskjellene knyttet opp mot oppdragelsen flere ganger i løpet av intervjuet. Hun undrer seg over at barna her i Norge ikke viser respekt for foreldrene på samme måte som hun lærte i sin barndom. Hun er meget bevisst på hva hun ønsker å videreformidle til egne barn:

«Men i dag vær forskjellig med liv og i dag er litt mer moderne liv som vi hadde og har og der er forskjellig med annen kultur, men vi vil holde min tradisjon eller min kultur med barna. Det må være første dem på våres kultur, våres tradisjon. Ja, vi må være enig med deres tradisjon og kultur også, hvis vi bor her i Norge. Men inne i huset vi vil lære dem våres tradisjon. Vi har sånn ytring: Hvis skal ikke ha respekt til sin egen morsmål, språk og til sin egen tradisjon, hvordan skal du lære til andre? Derfor i dag jeg vil lære dem sånn som lærte meg mine foreldre.»

Respekt er et ord som går igjen når informantene snakker om verdier som er viktige for dem:

«Og det er en ting det er veldig viktig for meg, at det er respekten for hver person det skal være tilstede. Det skal være fra barndommen til voksen alder. Jeg sier til mine barna, ingenting i verden som finnes at man bør respektere til å bli respektert.»

«Og jeg råder barna etter min egen tradisjon: Du skal respektere alle selv om de er muslim eller ikke.»

En annen kvinne sier:

«Jeg husker hvordan foreldrene mine ville at vi skulle oppdras, at de ville vi skulle gjøre det som var bra, gjøre godt, og at vi hadde samvittighet til å gjøre ting. Og det er

det jeg prøver å gi videre til barna mine nå – si til dem hva som er fint eller bra eller med samvittighetsfullt, og unngå det som ikke er så bra.»

En mann sier kort og godt:

«Jeg har lært om kjærlighet og respekt. Jeg prøver å fortelle – ja. Selv om de forstår, ikke forstår det, så jeg prøver å fortelle... Og være ærlig – og godhjerta mot alle. Sånn som foreldrene gjorde.»

En kvinne som snakker veldig varmt om sine foreldre, sier hun er stolt av hvordan de var og ser på dem som forbilder. Når hun skal si hva som er det viktigste hun har fått med seg fra dem, sier hun:

«Den godhet og jeg ville gått samme stien som foreldrene mine.»

Den eneste av informantene som ikke selv har barn og heller ikke ønsker barn, virker som han er klar over at han ikke ble tilført verdier som er verd å formidle videre. Han sier rett ut at han er en egoist som kun tenker på seg selv, at han er som et våpen fordi hans moral er opp ned og at han ikke stoler på noen. Han innser at han er skadet av sin oppvekst og gir uttrykk for at han trenger hjelp. Tanken på å gifte seg og få barn – tilknytning – gjør ham redd.

Det kan se ut til at de kvinnelige informantene er mer bevisste enn de mannlige hvilke verdier de ble tilført gjennom sine tilknytningsrelasjoner i barndommen. De fremhever gjennom intervjuene i større grad hva som er viktig for dem å videreformidle til egne barn. Flere av informantene påpeker kulturforskjellene mellom hjemlandet og Norge, og hvilke utfordringer det medfører i oppdragelsen. Analysen viser at respekt, ærlighet, godhet og bevaring av tradisjoner og morsmål er viktige verdier å videreføre til neste generasjon.

6.0 Drøfting

6.1 Drøfting av analysens resultat

Ti intervjuer. Ti tilknytningshistorier. Ti voksne personers skildringer av mor og far på godt og vondt. Søsken, besteforeldre, tanter og onkler. Barndommen i et hjemland som man senere flyktet fra. Hva kan disse personlige beretningene fortelle oss? Det er ikke lenger teori vi leser, det handler om levd liv. Erfaringer. Skolerte forskere har i den opprinnelige studien scoret intervjuene med tanke på tilknytningsstil, men i denne oppgaven er det informantenes egen forståelse av relasjon som er i fokus. Drøftingen følger den tematiske gangen i analyse-resultatene, men uten underkapitler ut fra en tanke om å skape sammenheng og flyt i stoffet.

Informantene skildrer fattige kår og store søskenflokker, og gir samtidig en forklaring på hvorfor foreldrene var tvunget til å jobbe hardt for å forsørge. De peker på foreldrenes intensjon om å gi barna skolegang og fremtidsmuligheter, i tillegg til mat, klær og beskyttelse. Det er nærmest som om foreldrene tas i forsvar for at de ikke hadde mulighet til å være tilgjengelig for barna med tanke på nærhet, trøst og trygghet. Noen setter ord på savn og umøtte behov, men konstaterer samtidig at det var slik det måtte være under de gitte betingelsene. Vi kan likevel ikke se bort fra at dette har virket inn på tilknytningsmønstrene som informantene etablerte som barn. Barns umøtte behov kan skape følelser av tristhet, lengsel, savn og sinne, men er også forbundet med utrygghet og skam (Gretland, 2007).

Samtidig vet vi at informantene, på det tidspunkt de ble intervjuet, hadde bodd flere år i Norge. Med andre ord har de sett og erfart et velstående samfunn med lite eller ingen fattigdom, der alle har rett til fri skolegang og utdanning. De har hatt mulighet til å sammenlikne egne oppvekstvilkår med vilkår i et samfunn der levestandarden er en helt annen. De verdsetter foreldrenes slit og strev for å dekke sine barns grunnleggende behov på en måte få norske barn vil komme til å gjøre. Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg (2010) påpeker nettopp hvordan fattigdom kan ha stor innflytelse på tilknytningsmønstre mellom foreldre og barn, og at fattigdom, med de belastninger det innebærer, vil kunne medføre økt forekomst av utrygg tilknytning. De sier videre, at for å styrke den tverrkulturelle validiteten av tilknytningsteorier, er det nødvendig å skille klart mellom kulturelle aspekt og fattigdom, for å tydeliggjøre hvilken innvirkning hver av disse har på tilknytningsrelasjoner (Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2010).

Når barn sendes bort fra familien fordi deres egne foreldre ikke makter å forsørge dem, er det lett å tenke seg at relasjonsbruddet innebærer en stor smerte for alle parter. En av informantene beskriver nettopp dette, og for hans del ble det traumatisk på grunn av grov omsorgssvikt og vanskjøtsel i de to årene han bodde hos slektninger. En annen nevner at to søsken ble sendt bort. Hva gjør dette med en familie, og hva skaper det i en søskenflokk, når noen av barna sendes bort? Den gang Norge var en fattig nasjon uten oljepenger og velferdsordninger, forekom det også her at barn ble «satt bort» på nabogårder eller hos slektninger. Det virker umenneskelig at foreldre kjenner seg tvunget til å ta slike valg, og hjerterått for et barn å bli «avvist» av sine egne på denne måten. I samfunn der dette har vært vanlig, har kanskje barn i fattige familier levd med et slikt scenario som en unevnelig frykt. Da blir det forståelig at foreldre som jobbet fra morgen til kveld for å forsørge familien, blir omtalt som kjærlige og omsorgsfulle. Ved sine store anstrengelser for å dekke barnas behov og gi dem skolegang, håpet foreldrene å kunne gi dem en bedre fremtid, noe informantene forstår i voksen alder. For barnet som sendes bort fra egen familie og sine nærmeste omsorgspersoner, innebærer det likefullt et brudd i tilknytningen som disponerer for et utrygt tilknytningsmønster. Barnets alder, hvilken forståelse barnet har av situasjonen, hvordan barnet blir ivaretatt hos andre og hvor langvarig atskillelsen blir, vil påvirke skadeomfanget.

Foreldrene skulle ikke bare forsørge, men også oppdra barna. Hverdagshistoriene informantene forteller, beskriver både hva som var viktig i oppdragelsen og hvilke virkemidler som ble brukt. At det var strengt og at det ble krevd lydighet og respekt, virker som hovedregelen i alle hjemmene, og flere påpeker at dette var helt vanlig. Noen av informantene påpeker kulturelle forskjeller mellom hjemlandet og Norge når det gjelder barns respekt for foreldre, og uttrykker undring over den norske modellen. Også i denne sammenhengen forklares foreldrenes intensjoner: At det strenge regimet var ment for barnas beste, at foreldrene gjennom en streng oppdragelse utrustet dem til å kunne klare seg videre i livet, bli godt gift og vel ansett. På denne måten opprettholder informantene bildet av foreldrene som gode og kjærlige, og det vonde, for eksempel utskjelling og fysisk avstraffelse, som en dyd av nødvendighet. Gjennom å idealisere foreldrene og deres atferd, kan det tenkes at det ble lettere å opprettholde den gode tilknytningen og beholde foreldrene som en trygg base. Det ligger i kortene at barn er i avhengighet til sine omsorgspersoner, og dermed er i en svært sårbar posisjon med tanke på rollekonstellasjoner som makt/avmakt og dominans/avhengighet. Dette vil fremtvinge tilpasninger i relasjonen som over tid danner varige mønstre for sosiale samspill (Gretland, 2007).

Familier kan være mer eller mindre sunne eller usunne, og barn vil ofte kunne fornemme voksnes skam uten å kunne sette ord på det. Slik kan den familiære skammen gå i arv (Farstad, 2016). Generaliserende utsagn om at alle foreldre vil sine barn vel, kan være et uttrykk for distansering fra noe i egen historie, noe vond og vanskelig som ikke kan erkjennes. Slike uttalelser kan også tolkes som skamspråk, en kommunikasjonsmåte som dekker over skam. Ubevisst tilslører vi gjennom språket det vi ikke vil vise frem eller være bekjent av (Farstad, 2016). Vi kan ikke vite hva det er som ikke blir satt ord på, men vi kan anta at gjennom generalisering blir det omgjort til noe som gjelder alle, noe personen som snakker ikke lenger trenger å skamme seg over.

Å lese om grov vold som en del av enkelte barns hverdag, virker opprørende for den som har nulltoleranse for fysisk avstraffelse. I dagens Norge er fysisk avstraffelse forbudt ved lov, men i tidligere tider var det akseptert også i vårt samfunn. Når fysisk avstraffelse fortsatt er en naturlig del av barneoppdragelsen i mange kulturer, blir det vanskelig å trekke grensen for hva som kan skade tilknytningsrelasjonen og forstyrre barnets utvikling. I teorikapittelet refereres flere steder til mulige konsekvenser av vold utøvd mot barn av omsorgspersoner: Det kan blant annet resultere i idealisert tilknytning der barnet identifiserer seg med omsorgspersonen og legger skylden på seg selv for det vonde som skjer (Zulueta, 2008), utvikling av desorganisert tilknytning (Hart & Schwartz, 2009) og traumatisert tilknytning som kan ha livsvarige skadevirkninger og prege en persons relasjoner i voksenlivet (Allen, 2013; Zulueta, 2008). Utrygg tilknytning kan føre til svekket mentaliseringsevne eller hypermentalisering (Allen, 2013). De tidlige tilknytningstraumene kan skade et barns mentale og relasjonelle kapasitet (Benum, 2006; Hart, 2011; Heller & Lapierre, 2014). Slike erfaringer blir internalisert i selvbildet (Farstad, 2016; Heller & Lapierre, 2014) og bæres i personens identitet i form av smertefull og selvdestruktiv skam. Spor av denne skammen kan være frykt for nye, nære tilknytningsrelasjoner (Farstad, 2016). Traumatiske og truende minner fra tidlige tilknytningsrelasjoner vil kunne påvirke prosesseringen i arbeidshukommelsen og integreringen i minnet (Schibbye, 2009; Varvin, 2003).

Med denne kunnskapen i tankene, blir det viktig å nyansere informantenes skildringer. Til tross for at mange angir fysisk avstraffelse som vanlig, beskrives det i de fleste tilfeller ikke som vold. To av informantene ble utsatt for grov vold som barn, og deres beskrivelser levner ingen tvil om at volden var skadelig og nedbrytende for dem. Det er hjerteskjærende lesning, og man kan ane konsekvensene det har hatt for dem når de reflekterer rundt voksenlivets relasjoner. AAI-scoringen som er foretatt om informantenes tilknytningsstil har vi ikke

tilgang til her, men på grunnlag av det som fortelles i intervjuene, er det sannsynlig at en del av informantene kan ha etablert utrygge tilknytningsmønstre tidlig i livet. Dette er å anse som en tilpasning fra barnets side, for tross alt å kunne opprettholde sin livsviktige tilknytning til omsorgspersonene. I denne situasjonen vil barnet ha tendens til å spalte av følelser av frykt og hjelpeløshet for å bevare tilknytningsrelasjonene (Allen, 2013; Anstorp, 2014; Benum, 2006, 2014; Gretland, 2007; Zulueta, 2008). Samtidig vet vi at evnen til mentalisering vil bli skadelidende når barnet utsettes for grov og systematisk gjentakende vold fra sine nærmeste omsorgspersoner. Det vil være nærmest umulig for barnet å avlese den voksnes sinn, når den voksne som skulle gi beskyttelse og omsorg, også er den som påfører smerte og skade (Ensink et al., 2015; Fonagy & Bateman, 2016).

Trusler, utskjelling og verbal trakassering kan sies å utgjøre en form for vold mot sjelen, og kan ramme hardt. En av informantene sier hun ble mer redd av truslene om å bli slått i hjel, enn om hun hadde blitt slått der og da. Å få høre at man er uønsket, utålelig eller udugelig påfører ikke bare emosjonell smerte, men også skam. Vel så ille kan det kanskje være å bli ignorert, slik en av informantene forteller at han ble: Mor smilte og snakket til brødrene og faren, men ikke til ham. Når barn blir møtt med ringeakt, svekkes selvaktelsen og tilliten til andre mennesker. Ydmykelse og forakt forteller barnet at det ikke er noe verdt. Gjennom sine ord eller sin taushet har den voksne makt, mens barnet som tror på den voksnes legitimitet og søker anerkjennelse hos omsorgspersonen, godtar sin egen avmakt. Slik kan barnets frykt for avvisning utnyttes i barneoppdragelsen (Gretland, 2007). Den skammen som fornemmes i denne type beskrivelser fra informantene, vil kunne utvikle seg til destruktiv skam slik Farstad (2016) har definert den. Den står i motsetning til den sunne, beskyttende skammen, som ville kunne ha en god funksjon i barneoppdragelsen (Farstad, 2016; Schei, 2006). Foreldrene oppnår lydighet ved å spille på skammekanismer slik at barnet tilpasser seg og adlyder i situasjonen, men samtidig integreres destruktiv skam i barnets identitet.

Skam har også vært brukt som et middel til å kontrollere særlig jentene. De har båret ansvaret for å bevare foreldrenes gode navn og rykte gjennom riktig oppførselen i henhold til de kulturelle normene. Det ville være avgjørende med tanke på senere giftemål, men var også viktig for ikke å bringe skam over familien. Dette er et eksempel på hvordan skam kan styre mennesker gjennom sitt fravær, det vil si når menneskers atferd styres av å skulle unngå skam (Schei, 2006). Slike skampåførende måter å kontrollere og oppdra barn på, kan kalles bruk av «oppdragende skam» (Farstad, 2016). Skårderud (2006) sier at skamfølelser er kulturelt betinget, og at begrepene skam og ære er gjensidig knyttet til hverandre, slik det nettopp

kommer til uttrykk her. Informantene kommenterer selv, at slik var normene i hjemlandet, vel vitende om at det ville være helt andre kriterier for skam i den norske kulturen. På denne måten tilkjenner de en bevissthet om sin kulturelle identitet, hvordan den har blitt formet i dem gjennom oppveksten, og hvordan den avviker fra den norske kulturens normer.

Et eksempel på bruk av en forsvarsmekanisme mot skam slik Farstad (2016) har beskrevet, ser vi hos gutten som ble utsatt for torturliknende mishandling fra mor og far gjennom hele oppveksten. Han antyder at han selv var skyld i dette, fordi han var en urolig og vanskelig gutt. Ved å påta seg skylden heller enn å plassere skylden hos foreldrene, beskytter han seg mot skammen over ikke å ha blitt ivaretatt slik et barn bør bli av sine egne. Han påtar seg til og med ansvaret for ikke å ha fanget opp signalene på foreldrenes kjærlighet, som han er overbevist om at var tilstede. Kanskje er det mindre smertefullt for ham å se det slik, enn å ta inn over seg smerten og skammen over ikke å ha vært elsket og beskyttet mot den ondskapen han ble utsatt for. Samtidig gir han uttrykk for at han i voksenlivet har vært redd for å bli glad i noen og knytte seg til noen, og bekrefter dermed, som mange med utrygg tilknytningsstil, at det han trenger mest, er det han frykter mest, nemlig tilknytning (Allen, 2013).

Når det gjelder foreldrenes tilstedeværelse i hjemmet og mulighet til å gi barna tid og oppmerksomhet, beskriver de fleste et tradisjonelt kjønnsrollemønster slik vi også kjenner det fra tidligere tider i Norge. Mor var stort sett hjemme og hadde hovedansvaret for mange barn og alt i huset, mens far jobbet lange dager borte fra hjemmet med en fridag i uken. Igjen hører vi i informantenes fortellinger hvordan de ser tilbake og viser forståelse for at foreldrene var hardt presset praktisk og økonomisk, og tvunget til å bruke all sin tid og sine krefter på praktisk arbeid. At foreldrene ikke hadde tid og overskudd til samvær med barna, var det vanlige. Mange forteller at de måtte trøste seg selv hvis de var lei seg eller redde, og at det ikke var rom for å snakke om det som kjentes vanskelig. Selv som barn hadde de tanker om ikke å belaste foreldrene enda mer, og at deres følelser ikke var viktige. Vi vet at kvaliteten i tilknytningsrelasjonen er avgjørende for utvikling av sunn affektreguleringen og evne til mentalisering (Allen, 2013; Hart & Schwartz, 2009; Skårderud, 2016) og at henholdsvis trygge og utrygge tilknytningsmønstre kan fungere som predikatorer for mental helse (Skårderud, 2016). Gretland (2007) bruker uttrykket *gode nok* om relasjoner som legger til rette for menneskelig utvikling og nærende fellesskap. Når er det godt nok? Enkelte barn kan ha hatt en fordel gjennom å ha blitt favorisert blant søsknene eller gjennom kompenserende omsorg fra besteforeldre eller eldre søsken. Andre har følt seg avvist, tilsidesatt og i ufordel.

Det er vanskelig å si noe om skadeomfanget ut fra det som blir beskrevet, men inntrykket er at det har vært umøtte behov når det gjelder å bli sett og bekreftet som barn.

Barn er avhengige av voksnes beskyttelse for å være trygge, ikke minst der det er krig og konflikt i miljøet rundt dem. Når foreldre mangler tid og overskudd, og det ikke er rom for barn å sette ord på sine tanker og følelser, vil opplevelsen av utrygghet forsterkes hos barnet. Barn overhører voksnes samtaler og tolker det de hører ut fra sin forståelsesramme. Noen barn opplever skremmende hendelser og blir vitne til vold eller selv utsatt for vold. Enkelte blir også skremt til lydighet av de voksne som skulle ha gjort dem trygge. Hva skal de så gjøre med sin frykt og sine ubearbeidede inntrykk? Vi vet at ulike utrygge tilknytningsmønstre oppstår der omsorgspersonene ikke er tilgjengelig eller bare delvis tilgjengelig for barnet. Vi vet også at barn vil kunne spalte av uutholdelige følelser av frykt og hjelpeløshet. I sitt forsøk på å forstå det uforståelige, vil de endatil kunne påta seg skyld og ansvar for det vonde som skjer. Vonde og potensielt traumatiserende erfaringer forblir ubearbeidet og uløst i barnet, og følger det videre inn i voksenlivet. Konsekvensene og skadevirkningene kan være omfattende (Allen, 2013; Anstorp & Benum, 2014; Benum, 2006; Gretland, 2007; Zulueta, 2008).

Som en kontrast til dette finner vi i intervjuene beskrivelser av foreldre som var nærværende og formidlet trygghet til sine barn. I familier med gjensidig respekt mellom foreldrene og en varm og kjærlig atmosfære, ble barna oppdratt til lojalitet og samhold. Enkelte beskriver også hvordan storfamilie og godt naboskap bidro til trygghet i barndommen, opplevelsen av at man stilte opp for hverandre og kunne stole på hverandre. Det siste illustrerer hvordan kulturer som er mer kollektivistiske enn den norske, kan bidra til trygg tilknytning gjennom andre mekanismer enn de vi baserer oss på i mer individualistiske kulturer (Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2010).

Foreldre er formidlere av verdier til sine barn. De oppdrar dem i henhold til sitt verdisyn og gjeldende normer i samfunnet de lever i. Det fremkommer av informantenes fortellinger. Lydighet, respekt, ærlighet, samhold, utdanning og hardt arbeid er det som har blitt mest vektlagt når analysen oppsummerer dette punktet. Vi kjenner begrepene, men kanskje vil de komme til uttrykk på forskjellige måter i ulike kulturer? Begrepet respekt blir sannsynligvis tillagt en annen betydning i vestens individualistiske kultur der vi oppdrar våre barn til selvstendighet og kritisk tenkning, enn i mer kollektivt orienterte kulturer der familiens/ gruppens behov og tilpasning til fellesskapet er tillagt større vekt. Etterlyser informantene respekt hos norske barn fordi den ikke er tilstede, eller fordi de ikke gjenkjenner den?

Med beskrivelser av strenge regimer og mye kjefting i oppveksten, er det lett å bli sittende igjen med et inntrykk av at oppdragelsen kun hadde som formål å fremme en bestemt atferd hos barna. Det kan se ut til at barns individuelle behov ikke har vært tillagt vekt på den måten vi er vant til i Norge, men at familiens organisering og behov har vært det viktigste. Som voksne ser det likevel ut til at informantene har en tydelig formening om hvilke verdier som lå til grunn fra foreldrenes side. Spørsmålet er hvor lett - eller vanskelig - det er å omsette disse verdiene i en ny kulturell setting med helt andre forventninger og spilleregler? Det kan se ut til at verdiene som har blitt formidlet til dem som barn, ligger forankret i informantenes kulturelle identitet, slik den beskrives hos Bäärnhielm et al. (2010). Et viktig poeng er at identitet ikke er statisk, men vil kunne endres med tid og kontekst, blant annet ved migrasjon (Bäärnhielm et al., 2010). Å være flyktning i fremmed land og kultur innebærer med andre ord, at dine verdier så vel som din kulturelle identitet blir satt hardt på prøve. Å håndtere dette vil unektelig være en svært krevende prosess.

Foreldre er også forbilder og rollemodeller for sine barn. Kvinnelige informantene setter ord på hvordan relasjonen til foreldrene har påvirket dem i deres relasjon til partner i voksenlivet. De har lært av mor hvordan en kvinne bør forholde seg i et parforhold, og har valgt å følge hennes råd. Kvinnene opplever at det har vært til hjelp å vite hva deres rolle skulle innebære og hva som var forventet av dem. Et spørsmål analysen etterlater ubesvart, er hvorfor mennene i så liten grad har reflektert rundt hvordan deres relasjon til foreldrene har påvirket deres relasjon til partner i voksenlivet. Er det et uttrykk for at ansvaret for å ivareta parforholdet i all hovedsak ligger hos kvinnene i de kulturene som er representert? Eller er det et uttrykk for at kvinner generelt er mer relasjonelt orientert enn menn, og dermed også reflekterer mer over slike sammenhenger? Dette kunne vært interessant å vite mer om.

Mannen som ikke ønsker å knytte seg til en partner i et kjærlighetsforhold, viser tydelig gjennom sine uttalelser om seg selv, at han er relasjonsskadet. Likevel nevner han ikke sine foreldre i denne sammenhengen, og gir ikke uttrykk for at han ser hvor det utrygge tilknytningsmønsteret kommer fra, til tross for at han tidligere i intervjuet har fortalt om torturliknende mishandling gjennom hele barndommen. Måten han beskriver seg selv på, kan antyde en desorganisert tilknytningsstil (Hart & Schwartz, 2009), uten at denne analysen gir grunnlag for å fastslå dette. Dessuten kan det høres ut som han har en sviktende evne til affektregulering, en evne som i følge Fonagy utvikles nettopp i tilknytningsrelasjonen (Hart & Schwartz, 2009). Dette gjenspeiler begrenset refleksiv funksjon og nedsatt mentaliseringskapasitet (Ensink et al., 2015). Mentalisering utgjør en viktig sosial kompetanse og utgjør et

grunnlag for sunne relasjoner (Skårderud, 2016). Summen av dette blir en illustrasjon av det så mange har hevdet, nemlig at tilknytningstraumer får store relasjonelle konsekvenser gjennom hele livet (Allen, 2013; Anstorp, 2014; Benum, 2006, 2014; Fonagy & Bateman, 2016; Gretland, 2007; Heller & Lapierre, 2014; Schibbye, 2009; Skårderud, 2016).

Nesten alle informantene var selv foreldre på tidspunktet da de ble intervjuet. I tillegg til den utfordringen alle foreldre opplever ved at deres barn vokser opp i en annen tid enn de selv gjorde, møter disse foreldrene utfordringen av å oppdra sine barn i en kultur og kontekst som er fremmed for dem. Dette kommer i tillegg til traumatiske erfaringer av krig, flukt og tap som skal bearbeides og håndteres, og uten storfamilienettverket rundt seg. Samtidig vet vi, at sosial og kulturell isolasjon øker sårbarheten og disponerer for psykiske lidelser (Alayarian, 2007). Da kan vi også ane noe om hvilken formidabel oppgave informantene står overfor i foreldrerollen. Hvordan skaper man et trygt hjem for sine barn, når ens eget indre hjem er rasert av traumatiske erfaringer før og under flukten fra hjemlandet?

Samtidig som det er utfordrende, er foreldrerollen noe som gir mening til en vanskelig tilværelse som flyktning. Så mye har gått tapt i informantenes liv, det de har igjen å bygge på er barna sine og håpet om en bedre fremtid for dem. De ønsker å skåne sine barn for det vonde og videreføre det gode. De som har opplevd tap av mennesker som sto dem nær i egen barndom og oppvekst, beskriver en sterk frykt for å skulle miste noen av sine eller å dø fra barna sine. De som har opplevd atskillelse fra egne foreldre som barn, vil ikke la egne barn erfare tilsvarende. De som har erfart varme og trygghet fra viktige omsorgspersoner, ønsker å gi den samme godheten videre til egne barn. Det er som om vi fornemmer et potensiale i foreldrerollen til å gjenopprette selvaktelsen og verdigheten hos de traumatiserte flyktingene.

Noen gir uttrykk for å ha fått en større forståelse for egne foreldre etter at de selv ble foreldre. Flere sier de ønsker å være mindre strenge enn deres egne foreldre var, og gi barna større frihet enn de selv fikk. De uttrykker samtidig bekymring for om friheten vil kunne skade barna deres, og at de kan komme til å ta dårlige valg for livene sine når foreldrene ikke legger så sterke føringer. Dessuten er de svært opptatt av å lære barna sine å vise respekt på en måte de ikke ser hos norske barn. Dette er et eksempel på integrering av opprinnelig kulturell identitet i en ny identitet som må etableres i eksiltilværelsen (Bäärnhielm et al., 2010).

Det siste blir spesielt viktig for videreformidlingen av verdier til egne barn som informantene er svært opptatt av. En kvinne er særlig tydelig på at hennes barn først skal lære kulturen og tradisjonene fra hjemlandet, før de skal lære den norske kulturen å kjenne. Å bevare sin

kulturelle identitet kan være viktig for flyktningers mentale helse og vil dermed også være av betydning for integrering og fungering i ny kulturell kontekst (Alayarian, 2007; Bäärnhielm et al., 2010; Weele, 2014). Dette er sannsynligvis mer krevende i praksis enn det høres ut til i teorien, spesielt når kulturene som møtes har svært ulike verdisyn og menneskesyn. Kunnskap og kommunikasjon er nøkkelord for forståelse, noe som synes nødvendig dersom en slik tverrkulturell overgang skal ha mulighet til å lykkes. Her kommer begrepene kultursensitiv behandling og interkulturell kommunikasjon slik Weele (2014) er opptatt av, til anvendelse. Slike prosesser krever mye av begge parter, om enn på litt ulike vis. Å drøfte de utfordringer dette innebærer er utenfor denne oppgavens rammer, men vil være svært relevant for alle som jobber med flyktninger spesielt, og for enhver som lever i et flerkulturelt samfunn.

6.2 Drøfting av analysens validitet og reliabilitet

Spørsmålene som stilles i denne forbindelse omhandler i hvilken grad analysen har gitt svar på problemstillingen, om metoden tjener til å undersøke det som skal undersøkes, om analyseprosessen er transparent og gir mening, og om alle vesentlige valg og vurderinger er tilstrekkelig redegjort for. Med de fire forskningsspørsmålene som ledesnor, har oppgaven søkt å besvare hvordan voksne traumatiserte flyktninger beskriver barndommens tilknytningsrelasjoner, og hvilken betydning disse relasjonene tillegges i voksenlivet. Gjennom valgene som er tatt både med tanke på utvalget og de kategoriene som ble etablert, har noe fremkommet gjennom analysen, mens annet har blitt utelatt. Andre valg ville gitt andre resultater, og vi kan ikke se bort fra at vesentlige poeng ikke er belyst. På samme måte setter teorien en ramme for drøftingen. Teori som er redegjort for her representerer således forfatterens valg, valg som samtidig innebærer at teori er utelatt som ville vært relevant og interessant for drøftingen. Slik har en masteroppgave sine klare begrensninger i hva den kan belyse.

Validiteten til selve intervjuguiden samt gjennomføring og transkribering av intervjuene drøftes ikke her, da denne delen av prosessen allerede var gjennomført som en del av et større pågående forskningsprosjekt. I metodekapittelet er det argumentert for denne validiteten. Når det gjelder valg av metode og analysemåte, er det på sin plass å stille spørsmål om disse tjener til oppgavens formål og om resultatene faktisk reflekterer virkeligheten? I den grad resultatene gjør nettopp det, er det åpenbart at det bare er en liten bit av en mye større og mer omfattende virkelighet som blir reflektert, som et vindu inn i noen få enkeltpersoners livsverden. Hva med de intervjuene som ble utelatt? Begrunnelsen for å ekskludere dem var nettopp at de ikke ga så utfyllende skildringer. Vi vet ikke hva dette skyldes, men kan hende er det tegn på traumatisert hukommelse som beskrevet i teorikapittelet.

Åpenhet rundt analyseprosessen og redegjørelse for hvordan det har vært resonert hele veien, bidrar forhåpentlig til å styrke troverdigheten av resultatene. Om det finnes overførbarhet til liknende fenomener, er et annet spørsmål. Resultatene reflekterer nettopp *disse* ti informantenes livsverden, men vil andre flyktninger kunne kjenne seg igjen i beskrivelsene? Det er allerede ca ti år siden intervjuene ble gjort, og dagens flyktninger vil i stor grad ha hatt sin oppvekst i en annen tid enn de som her er intervjuet. Situasjonen i hjemlandet og årsaker til flukt kan være helt andre. Det som kanskje i størst grad er overførbart, er forståelsen av hvor viktig og avgjørende den kulturelle identiteten fra opprinnelseslandet er for flyktninger i eksil. Dette er et viktig funn i denne sammenhengen, da det vil kunne ha implikasjoner for den helsehjelpen flyktninger tilbys. For å finne svar på om resultatene av denne analysen lar seg bekrefte, må det gjøres flere liknende analyser av AAI med flyktninger, for så å sammenlikne resultatene. Slik kunne validiteten av denne undersøkelsen blitt styrket eller svekket.

Med tanke på pålitelighet utgjør det en begrensning at forfatteren ikke innehar kunnskap og innsikt i hver av de ti informantenes spesifikke bakgrunn og kultur. Det innebærer en risiko for at de tolkningene som er gjort, ikke stemmer med informantenes intensjon og mening med det som ble fortalt i intervjuene. Forfatterens faglige så vel som personlige forforståelse vil ha kunnet påvirke analysen og resultatene. Dette virker inn på reliabiliteten i den forstand at det kan stilles spørsmål ved analysens pålitelighet. Reliabiliteten ville blitt styrket gjennom grundigere redegjørelse for de ulike kulturers tankesett og verdisyn som er representert her, samt den enkelte informants kulturelle bakgrunn og spesifikke oppvekstvilkår.

Validiteten og reliabiliteten står og faller på om leseren kan følge prosessen fra A til Å uten store innvendinger eller ubesvarte spørsmål. Virker studien troverdig? Har den noe å tilføre? Den fenomenologiske tilnærmingen har jo først og fremst som mål å belyse et valgt fenomen fra perspektivet til den som erfarer fenomenet med utgangspunkt i dennes virkelighetsforståelse. Hvis leseren har opplevd å bli tatt med inn i andres livsverdener, og har fått innblikk i tilknytningserfaringer i fremmede kulturelle kontekster, har analysen gjort det den var ment å gjøre. Om ikke annet er det å håpe på at interessen for tilknytningens betydning er vekket, og at barndomserfaringer, kultur og kontekst i større grad vil bli tematisert hos dem som har sitt virke blant traumatiserte flyktninger.

7.0 Avslutning

Oppgaven har på grunnlag av ti dybdeintervjuer søkt å finne svar på hvordan voksne krigstraumatiserte flyktninger beskriver barndommens tilknytningsrelasjoner, og hvilken betydning disse tillegges i voksenlivet. Forskning tyder på at kvaliteten i tidlig tilknytning har innvirkning på senere håndtering av traumatisk stress, noe som tilsier at det er relevant å kartlegge flyktingenes barndomserfaringer når de søker helsehjelp for posttraumatisk stress.

Resultatene av denne analysen forteller oss at informantene ser tilbake på relasjonen mellom seg selv og foreldrene i barndommen, først og fremst gjennom rollene de fylte i sine familier. Foreldrene blir beskrevet gjennom sine egenskaper og evner til å forsørge, oppdra, være tilstede, skape trygghet og formidle viktige verdier. Barnas rolle innebar å vise lydighet og respekt, ikke være til unødig belastning og ikke bringe skam over seg selv og familien. Som voksne har informantene formening om foreldrenes intensjoner, og hvorfor alt var som det var. De har også tanker om hva de har tatt med seg videre i sine nye roller som partnere og foreldre. Ikke minst er de opptatt av å bevare og videreformidle de verdiene de selv ble tilført.

Det synes klart at kulturelle aspekt er viktige faktorer når kvalitet i tilknytningsrelasjoner vurderes. Til tross for det universelle ved tilknytningsmekanismene, vil kunnskap om hvilke forventninger og verdier som er tilstede i den enkelte kultur, ha betydning for fortolkning. Dersom vi skal kunne tilby god helsehjelp til flyktninger som lider under posttraumatisk stress, bør psykologer, terapeuter og helsearbeidere ha kunnskap om tilknytningsmønstrenes betydning også hos voksne, samt forståelse av pasienters kultur og den kontekst de har sine traumatiske erfaringer fra. Like som flyktingene må integreres i det norske samfunnet og norsk kultur for å kunne fungere her, må de som har sitt arbeid blant flyktninger tilegne seg kunnskap om og forståelse for menneskene de er satt til å hjelpe.

Med dagens verdensbilde synes det viktigere enn noen gang at det forskes på migrasjonshelse. Millioner av mennesker er på flukt, og behovene for helsehjelp er tilsvarende. Fremtidens helsearbeidere vil ha behov for tverrkulturell forståelse og innsikt, og må beherske interkulturell kommunikasjon i større grad enn andre før dem. Utfordringene kan synes uoverstigelige, men kan ikke ignoreres. På grunnlag av kunnskapen vi har om relasjoners betydning i menneskers liv, kan det tenkes at det som er skadet i relasjon, best kan helbredes i relasjon. Hvis det er slik, vil også den terapeutiske relasjonen kunne medvirke til tilheling av relasjonelle sår og således kunne utgjøre en forskjell i enkeltmenneskers liv.

Referanser

- Ainsworth, M. D. S. (1963). The development of infant- mother interaction among the Ganda. I B. M. Foss (Red.), *Determinants of infant behavior* (Bind 2, s. 67-104). New York: John Wiley.
- Alayarian, A. (2007). *Resilience, Suffering, and Creativity*. London: Karnac Books Ltd.
- Allen, J. G. (2013). *Mentalizing in the development and treatment of attachment trauma*. London: Karnac Books Ltd.
- Anstorp, T. (2014). Skam som motor i utvikling av traumelidelser. I T. Anstorp, & K. Benum (Red.), *Traumebehandling: Komplekse traumelidelser og dissosiasjon* Oslo: Universitetsforlaget.
- Anstorp, T. & Benum, K. (2014). Hva trenger terapeuten for å gi god traumebehandling? I T. Anstorp, & K. Benum (Red.), *Traumebehandling: Komplekse traumelidelser og dissosiasjon* (s. 19-38). Oslo: Universitetsforlaget.
- Arikan, G., Stopa, L., Carnelley, K. B. & Karl, A. (2016). The associations between adult attachment, posttraumatic symptoms and posttraumatic growth. *Anxiety, Stress & Coping*, 29(1), 1-20. doi:10.1080/10615806.2015.1009833
- Axelsen, E. D. & Wessel, E. (2006). Den traumatiserte hukommelse: Hvordan fungerer hukommelsen ved senvirkninger etter traumer? I T. Anstorp, K. Benum, & M. Jakobsen (Red.), *Dissosiasjon og relasjonstraumer: Integrering av det splittede jeg* (s. 60-72). Oslo: Universitetsforlaget.
- Benum, K. (2006). Når tilknytningen blir traumatisert. I T. Anstorp, K. Benum, & M. Jakobsen (Red.), *Dissosiasjon og relasjonstraumer: Integrering av det splittede jeg* (s. 22-42). Oslo: Universitetsforlaget.
- Benum, K. (2014). Tidlig traumatisering og heling i den terapeutiske relasjonen. I T. Anstorp, & K. Benum (Red.), *Traumebehandling: Komplekse traumelidelser og dissosiasjon* (s. 52-77). Oslo: Universitetsforlaget.
- Blindheim, A. (2012). Ettervirkninger av traumatiserende hendelser i barndom og oppvekst. *Norges Barnevern*, 89(3), 168-195.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss* (Bind 1). New York: Basic Books.
- Bunkan, B. H. (2001). *Kropp, respirasjon og kroppsbilde: Ressursorientert kroppsundersøkelse og behandling* (Bind 3). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Bäärnhielm, S., Rosso, M. S. & Pattyi, L. (2010). *Kultur, kontekst og psykopatologi: Manual for diagnostiske intervju basert på kulturformuleringen fra DSM-IV*. Oslo: NAKMI - Nasjonal kompetanseenhet for minoritetshelse.
- Cassidy, J. & Shaver, P. R. (2008). *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (2. utg.). New York: The Guilford Press.
- Chao, R. (2001). Integrating Culture and Attachment. *American Psychologist*, 56(10), 822-823. doi:10.1037//0003-066X.56.10.822
- Crittenden, P. M. & Landini, A. (2011). *Assessing Adult Attachment. A Dynamic-Maturational Approach to Discourse Analysis*. New York: W.W.Norton & Company.
- Elo, S. & Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of advanced nursing*, 62(1), 107-1115. doi:10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x
- Ensink, K., Normandin, L., Target, M., Fonagy, P., Sabourin, S. & Berthelot, N. (2015). Mentalization in children and mothers in the context of trauma: An initial study of the validity of the Child Reflective Functioning Scale. *British Journal of Developmental Psychology*, (33), 203-217. doi:10.1111/bjdp.12074
- Farstad, M. (2016). *Skam: Eksistens, relasjon, profesjon*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Fonagy, P. & Bateman, A. W. (2016). Adversity, attachment, and mentalizing. *Comprehensive Psychiatry*, (64), 59-66.
- Gjerde, P. F. (2001). Attachment, Culture, and Affect. *American Psychologist*, 56(10), 826-827. doi:10.1037//0003-066X.56.10.826
- Gretland, A. (2007). *Den relasjonelle kroppen: Fysioterapi i psykisk helsearbeid*. Bergen: Fagbokforlaget.

- Hart, S. (2011). *Den følsomme hjernen* (Bind 1). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Hart, S. & Schwartz, R. (2009). *Fra interaksjon til relasjon: Tilknytning hos Winnicott, Bowlby, Stern, Schore & Fonagy*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Heller, L. & Lapierre, A. (2014). *Udviklingstraumer: Hvordan utviklingstraumer påvirker selvregulering, selvbillede og evne til kontakt*. København: Hans Reitzel Forlag.
- Helse&Omsorgsdepartementet. (2008). Helseforskningsloven: Lov om medisinsk og helsefaglig forskning. Hentet 13.11.2016 fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2008-06-20-44>
- Helsedirektoratet. (2016). *Veileder for helsetjenestetilbudet til asylsøkere, flyktninger og familiegjenforente: Rettigheter, ansvar, organisering og finansiering*.
- Hesse, E. (2008). The Adult Attachment Interview: Protocol, Method of Analysis, and Empirical Studies. I J. Cassidy, & P. R. Shaver (Red.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (2. utg., s. 552-598). New York: The Guilford Press.
- Ijzendoorn, M. H. v. & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2010). Invariance of adult attachment across gender, age, culture, and socioeconomic status? *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(2), 200-208. doi:10.1177/0265407509360908
- Ijzendoorn, M. H. v. & Sagi-Schwartz, A. (2008). Cross-Cultural Patterns of Attachment: Universal and Contextual Dimensions. I J. Cassidy, & P. R. Shaver (Red.), *Handbook of attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (2. utg., s. 880-905). New York: The Guilford Press.
- Jakobsen, M. (2006). Kroppen husker: Nevrobiologisk kunnskap om traumetilstander. I T. Anstorp, K. Benum, & M. Jacobsen (Red.), *Dissosiasjon og relasjonstraumer: Integrering av det splittede jeg* (s. 43-59). Oslo: Universitetsforlaget.
- Johannessen, A., Tufte, P. A. & Christoffersen, L. (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (4. utg.). Oslo: Abstrakt Forlag.
- Keller, H. (2013). Attachment and Culture. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 44(2), 175-194. doi:10.1177/0022022112472253
- Kirkengen, A. L. (2005). *Hvordan krenkede barn blir syke voksne*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Kunnskapsdepartementet. (2006). Forskningsetikkloven: Lov om behandling av etikk og redelighet i forskning. Hentet 13.11.2016 fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2006-06-30-56>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2012). *Det kvalitative forskningsintervju* (2. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Leraand, D., Bahun, V. B. & Hovde, K. O. (2016). Flyktninger. Hentet 01.12.2016 fra <https://snl.no/flyktninger>
- Malt, U. (2014). Traume. Hentet 13.11.2016 fra <https://sml.snl.no/traume>
- Malterud, K. (2013). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning: En innføring* (3. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Nordanger, D. Ø. & Braarud, H. C. (2014). Regulering som nøkkelbegrep og toleransevinduet som modell i en ny traumepsykologi. *Tidsskrift for Norsk Psykologiforening*, 51(7), 530-536.
- NorskFysioterapeutforbund. (2016). Psykomotorisk fysioterapi. Hentet 11.12.2016 fra <https://fysio.no/Pasientinfo/Pasientbrosjyrer/Psykomotorisk-fysioterapi>
- Opaas, M. (2006). Behandling og rehabilitering av traumatiserte flyktninger. Hentet 11.02.2017 fra <https://www.nkvts.no/prosjekt/behandling-og-rehabilitering-av-traumatiserte-flyktninger/>
- Opaas, M. & Varvin, S. (2015). Relationships of Childhood Adverse Experiences With Mental Health and Quality of Life at Treatment Start for Adult Refugees Traumatized by Pre-Flight Experiences of War and Human Rights Violations. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 203(9), 684-695. doi:10.1097/NMD.0000000000000330
- Posada, G. & Jacobs, A. (2001). Child-Mother Attachment Relationships and Culture. *American Psychologist*, 56(10), 821-822. doi:10.1037//0003-066X.56.10.821
- Riber, K. (2016). Attachment organization in Arabic-speaking refugees with post traumatic stress disorder. *Attachment & Human Development*, 18(2), 154-175. doi:10.1080/14616734.2015.1124442

- Rothbaum, F., Weisz, J., Pott, M., Miyake, K. & Morelli, G. (2000). Attachment and Culture: Security in the United States and Japan. *American Psychologist*, 55(10), 1093-1104. doi:10.1037//0003-066X.55.10.1093
- Rothbaum, F., Weisz, J., Pott, M., Miyake, K. & Morelli, G. (2001). Deeper Into Attachment and Culture. *American Psychologist*, 56(10), 827-828. doi:10.1037//0003-066X.56.10.827
- Rothschild, B. (2000). *The Body Remembers: The psychophysiology of Trauma and Trauma Treatment*. New York: W.W. Norton & Company.
- Schackt, J. (2016). Kultur. Hentet 02.04.2017 fra <https://snl.no/kultur>
- Schei, E. (2006). Skam i pasientrollen. I P. Gulbrandsen, P. Fugelli, G. H. Stang, & B. Wilmar (Red.), *Skam i det medisinske rom* (s. 15-30). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Schibbye, A.-L. L. (2009). *Relasjoner: Et dialektisk perspektiv på eksistensiell og psykodynamisk psykoterapi* (Bind 2). Oslo: Universitetsforlaget.
- Schore, J. R. & Schore, A. N. (2008). Modern Attachment Theory: The Central Role of Affect Regulation in Development and Treatment. *Clinical Social Work Journal*, (36), 9-20. doi:10.1007/s10615-007-0111-7
- Skårderud, F. (2006). Flukten til kroppen - senmoderne skamfortellinger. I P. Gulbrandsen, P. Fugelli, G. H. Stang, & B. Wilmar (Red.), *Skam i det medisinske rom* (s. 45-64). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Skårderud, F. (2016). Personlighetens psykodynamikk. I H. Høgh-Olesen, T. Dalsgaard, & F. Skårderud (Red.), *Moderne personlighetspsykologi* (Bind 1, s. 187-226). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Stern, D. (2008). The Clinical Relevance of Infancy: A Progress Report. *Infant Mental Health Journal*, 29(3), 177-188. doi:10.1002/imhj.20179
- Thornquist, E. (2003). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori for helsefag*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Van der Kolk, B. (2014). *The Body Keeps the Score: Mind, Brain and Body in the transformation of Trauma*. Great Britain: Penguin Books.
- Varvin, S. (2003). *Mental survival strategies after extreme traumatization*. Copenhagen: Multivers.
- Varvin, S. (2014). Eksil i fremmedfryktens og traumatiseringens skygge. *Agora*, (1-2), 394-405.
- Weele, J. v. d. (2014). Kultursensitiv traumebehandling. I T. Anstorp, & K. Benum (Red.), *Traumebehandling: Komplekse traumelidelser og dissosiasjon* (s. 163-182). Oslo: Universitetsforlaget.
- WorldMedicalAssociation. (1964). Declaration of Helsinki: Ethical Principals for Medical Research Involving Human Subjects. Hentet 08.05.2017 fra <https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki-ethical-principles-for-medical-research-involving-human-subjects/>
- Zulueta, F. d. (2008). Developmental trauma in adults: a response to Bessel van der Kolk. I S. Benamer, & K. White (Red.), *Trauma and attachment*. London: Karnac Books Ltd.

Appendix I

MOR	FAR	OMSORG/ KJÆRLIG- HET	OMSORGS- SVIKT	SAVN	UTRYGG- HET	TRAUME I BARNDOM	AVVISNING
VERBAL TRAKAS- SERING	VOLD	SKAM	VOKSEN- LIVET	FORELDRE- ROLLEN	TAKKNEM- LIGHET	FAVOR- ISERING	TAP AV TILKNYTN. PERSONER

Appendix II

FORSØRGEREN	OPPDRAGEREN	TILSTEDEVÆRENDE FRAVÆRENDE	DEN TRYGGE / UTRYGGE	FORMIDLER AV VERDIER

Appendix III

RELASJON TIL PARTNER	RELASJON TIL EGNE BARN	VIDEREFORMIDLING AV VERDIER

Appendix IV

Modifisert Adult Attachment Interview

Del I: Orientering om personens barndoms familie

W Før vi begynner, kan du gi meg en orientering om din familiesituasjon da du var barn? For eksempel, hvor du ble født, hvem familien din besto av, hvor du bodde, hva foreldrene dine jobbet med, og om dere flyttet mye - slike ting. Jeg vil bare vite litt om din familie før vi begynner.

H Kjente du besteforeldrene dine da du var barn?

- a. Spør litt om forholdet til hver enkelt av dem og hyppigheten av kontakt. Vurder hvorvidt noen av besteforeldrene var tilknytningsfigurer (som i tilfelle burde inkluderes i spørsmålene om 5 deskriptive ord og korresponderende episoder).
- b. Spør om hva foreldrene sa om sine foreldre, hvis de ikke er personlig kjent.

H Var det noen andre voksne du følte du sto nær da du var liten?

Hensikten med dette spørsmålet er å identifisere andre tilknytningsfigurer som fem beskrivende ord og tilhørende episoder knyttes til

I Hva er ditt første minne fra barndommen?¹ Fortell meg så mye som du husker fra dette minnet.

Oppfølgingsspørsmål om

- a. sensoriske aspekter knyttet til det, slik som bilder, lyder, lukt, smak, smerte eller berøring,
- b. om noe hender, hvorvidt det er et bilde eller en episode,
- c. alder for minnet,
- d. hvorfor personen tror han/hun har dette minnet.

Del II: Forholdet til tilknytningsfigurer

W Jeg vil gjerne at du beskriver for meg forholdet til moren din (eller tilknytningsfigur #1) så langt tilbake som du kan huske.

S Nå vil jeg gjerne at du skal velge fem ord som beskriver forholdet til moren din da du var liten. Dette kan ta endel tid, så bare tenk deg om. Jeg skriver dem ned mens du snakker.

Dersom ungdomstiden eller nåtid er personens referanseramme, oppmuntre vedkommende til å tenke på tidlig barndom. Forsikre dem om at ungdomstid og nåtid vil bli dekket senere i intervjuet.

Jeg noterte ned (ordene), er det riktig?

¹ Dette spørsmålet var ikke i det originale George et al. AAI

- E Spør følgende for hvert ord som er benyttet, i den rekkefølgen de ble gitt:
Du sa at forholdet til din mor var _____ .
Kan du huske en spesiell hendelse hvor forholdet til moren din var _____?
Forsøk å huske så langt tilbake som du kan.
Hvis personen ikke kommer med en episode, avklar dette og spør om igjen. Hvis personen ikke konkluderer episoden, særlig hvis det er behov for beskyttelse eller trøst, spør hvordan episoden/hendelsen sluttet uten referanse til beskyttelse eller trøst. Hvis personen har drevet bort fra tema, led vedkommende tilbake til det punkt hvor historien/episoden ble avbrutt ved å spørre om hva som hendte etter det.
- W **Jeg vil at du skal beskrive ditt forhold til faren din (eller tilknytningsfigur #2) så langt tilbake som du kan huske.**
- S **Nå vil jeg at du skal velge fem ord som beskriver ditt forhold til din far da du var liten.**
- E **Du sa at forholdet til faren din var _____ .**
Kan du gi meg et minne eller en spesiell hendelse for når forholdet til faren din var__? Prøv å tenk så langt tilbake som du kan.
Hvis personen ikke kommer med en episode, avklar dette og spør om igjen. Hvis personen ikke konkluderer episoden, særlig hvis det er behov for beskyttelse eller trøst, spør hvordan episoden/hendelsen sluttet uten referanse til beskyttelse eller trøst. Hvis personen har drevet bort fra tema, led vedkommende tilbake til det punkt hvor historien/episoden ble avbrutt ved å spørre om hva som hendte etter det.
- W **Hvem av foreldrene dine følte du deg mest knyttet til som barn?**
Still disse spørsmålene som separate spørsmål
Hvorfor tror du at du følte deg mer knyttet til _____?
Hvorfor tror du at du ikke hadde denne følelsen ovenfor _____ (den andre forelderen)?

Del III: Utdypende spørsmål om vanlige hendelser hvor barn ofte føler seg utrygge.

De neste spørsmålene handler om vanlige opplevelser som barn har.

Forsikre deg om at eksemplene knyttet til disse spørsmålene inkluderer begge foreldrene. Det er ikke nødvendig å ha eksempler fra begge foreldrene knyttet til hvert enkelt svar. Så dersom en forelder stadig er utelukket, for eksempel faren, spør spesifikt om han to eller tre ganger.

Spør alltid generelle semantiske (S) spørsmålet først og deretter det episodiske (E) spørsmålet. Spør om personens alder på tidspunktet for hendelsen, men kun etter at en episode er fullført og bare dersom dette med alder er uklart.

- S **Da du var barn, hva skjedde når du skulle legge deg?**

- E **Kan du huske en spesiell hendelse da du lå i sengen?**
Utforsk alle minner som omhandler frykt, mareritt, sove sammen med foreldre etc.
- S **Før eksempel, hva skjedde da du var syk?**
E **Kan du huske en spesiell gang?**
- S **Hva gjorde du da du slo deg, eller på en eller annen måte skadet deg fysisk?**
E **Kan du huske en spesiell gang?**
- S **Hva gjorde du da du var følelsesmessig oppskaket?**
E **Kan du huske en spesiell gang?**
- S **Hvis du trengte trøst, hva gjorde du da?**
E **Kan du huske en spesiell gang?**
- S **Kan du huske hvordan foreldrene dine tok på deg eller berørte deg, enten forsiktig som ved et kjærtegn eller hardere som ved straff?**
S **Kan du huske en spesiell gang, og hvordan det føltes?**²
Let etter spesifikke bilder på taktil, fysiske trøst.
- E **Kan du fortelle om første gangen du kan huske at du var atskilt fra foreldrene dine?**
Enkelte personer vil spørre hva dette innebærer, si da at det er hvilken som helst gang da de følte seg adskilt fra foreldrene.
E **Hvordan reagerte du?**
Ta med følelser og handlinger.
E **Hva tror du foreldrene dine følte?**
Spør også hva de gjorde.
- S **Følte du deg noen gang avvist av foreldrene dine som barn - selv om de ikke nødvendigvis mente det slik, eller var klar over det?**
E **Kan du huske en slik gang?**
Få med alder.
W **Hvorfor tror du at foreldrene dine gjorde dette?**
W **Tror du de skjønte at du følte deg avvist?**
- E **Kan du huske en gang foreldrene dine var sinte på deg? Hva skjedde?**⁴
Finn ut rekkefølge (initierende hendelser og konsekvenser) og hvordan det føltes.
- E **Kan du huske en gang du var sint på foreldrene dine? Hva skjedde?**⁴
Finn ut rekkefølge (initierende hendelser og konsekvenser) og hvordan det føltes.

² Dette spørsmålet kan legges til hvilket som helst av de tidligere spørsmålene hvis det skaper en logisk fremgang i intervjuet.

Del IV: Utdypende spørsmål omkring potensielt farlige opplevelser

I følgende spørsmål kommer jeg til å spørre om noen svært vanskelige opplevelser som du kan ha hatt som barn. Først vil jeg bare stille en rekke spørsmål som du kan svare ja eller nei på. Hvis du svarer ja på noen av disse, vil jeg be deg fortelle meg om opplevelsene.

- U Var foreldrene dine noen gang truende i oppdragelsen av deg, eller for spøk?**
Forsikre deg om at hendelser inkluderes og ikke bare trusler som ikke resulterer i hendelser.

Truet de noen gang med å forlate deg?

Eller husker du skremmende straff eller overgrep?

Hva med perioder med stillhet, når folk i din familie ikke ville snakke med hverandre på lenge?

Hva med vold eller trusler mellom familiemedlemmer? (mor & far)?

Følte du deg noen ganger veldig redd, eller usikker på om du var trygg?⁴

Tror du at du kan ha blitt misbrukt fysisk, seksuelt eller blitt utsatt for omsorgssvikt?

For eksempel, forekom det at ingen var der til å ta vare på deg?

Ble du ydmyket eller ført bak lyset/lurt på måter som plaget deg da du var liten?

Oppfølgende spørsmål: Velg hendelsene som du skal spørre spesielt om. Velg de som 1) reflekterer alvorlig fare, 2) ikke har vært fortalt tidligere og 3) passer innenfor tidsrammen for intervjuet.

EU Fortell meg hva som skjedde.⁴

Hvis det ikke framkommer spontant, søk etter rekkefølge i episodene, forestilt kontekst og følelser i løpet av hendelsen.

Disse spørsmålene omhandler kun trusler/farer som kan betegnes som svært alvorlige eller traumatiske. Hvis dette kommer opp bør temaene behandles med varsomhet slik at en motvillig person ikke blir presset for langt eller at en overivrig person ikke blir oppmuntret til å miste følelsesmessig kontroll. Utelat disse spørsmålene dersom det ikke forelå alvorlige trusler/farer.

U Er du bekymret for at noe slikt skal kunne hende igjen?⁴ Under hvilke betingelser?⁴

Finn ut om personen tror dette vil gjenta seg:

- som følge av bestemte hendelser
- under bestemte betingelser (steder, bilder, følelsesstater)
- er begrenset til merkedager

U Hvor sannsynlig tror du det er at dette skal skje igjen?⁴

U Hva ville du gjøre for å komme deg hvis dette skjedde igjen?⁴

U **Har denne hendelsen forandret ditt forhold til andre familiemedlemmer?** ⁴

Spør disse spørsmålene hver for seg.

På hvilken måte?⁴

W **Hvorfor tror du dette hendte?**⁴

W **Kan du tenke deg at det kommet noe positivt som resultat av denne erfaringen?**

W **Har du i voksen alder opplevd å bli utsatt for noen truende opplevelser, hvor du har vært redd for ditt liv eller helse? (fortell).**

Del V: Tap

De neste spørsmålene er om folk som har dødd mens du har levd. Kan du fortelle meg om noen døde mens du var barn?

Få navnene (relasjoner, for eksempel bestemor) og alder til intervjuobjektet.

Hva med voksen alder?

Igjen, få navnene og alder på intervjuobjektet da det skjedde.

Når du har fullstendig liste, velger du dem som skal spørres om, ved å tenke på betydningen personen har som tilknytningsfigur, forholdet dødsfallet har til andre brudd i historien og tidsrammen for intervjuet. Inkluder alltid foreldre, søsken, og intervjuobjektets ektefelle/samboer eller barn.

U For dødsfallene som du velger å spørre om, stilles spørsmålene ett for ett i rekkefølgen nedenfor.

a. **Kan du fortelle om omstendighetene rundt dette og hvor gammel du var?**

Hvis personen var til stede ved dødsfallet eller begravelsen, spør etter en beskrivelse av hva som skjedde og hvordan det føltes.

Var du til stede ved dødsfallet? Hva skjedde? Var du med på begravelsen?

Hvordan var det for deg?

b. **Hvordan reagerte du da?**

c. **Hadde du noen forutgående anelse om at dødsfallet ville inntreffe?**

Hvis ja, spør etter detaljer.

d. **Har det medført noen vedvarende konsekvenser for deg? Har følelsene dine i forhold til dette dødsfallet endret seg mye over tid?**

Hvis ja, spør på hvilken måte.

e. **Hvordan berørte det andre familiemedlemmer?**

f. **På hvilken måte har dette tapet påvirket din væremåte overfor ditt eget barn?**

g. **Har denne hendelsen forandret forholdet ditt til andre familiemedlemmer? På hvilken måte?**

W h. **Hvorfor tror du det har blitt slik?**

U **Er du engstelig for at folk skal dø? Bekymrer du deg for din egen død? Under hva slags omstendigheter gjør du det?**

Del VI: Integrerende spørsmål vedrørende barndom

Disse integrerende spørsmålene er svært viktige. Vær sikker på at du utforsker nærmere dersom svarene er svært begrensede eller kunstige.

- I Når du ser tilbake, tror du at dine foreldre var glad i deg? Kan du fortelle meg hvordan du vet dette?**
- W Sett under ett, på hvilken måte tror du at dine barndomsopplevelser har påvirket din personlighet som voksen?**
- W Er det aspekter ved barndommen din som du mener var en hemsko for deg eller hindret din utvikling på noen måte?**
- W Hvorfor tror du at foreldrene dine oppførte seg som de gjorde da du var barn?**
- S Har forholdet til foreldrene dine forandret seg etter at du ble eldre? På hvilken måte?**

Var dette annerledes i ungdommen?

Dette spørsmålet er spesielt viktig for noen blandete og tvangsmessige klassifikasjoner.

- E Kan du gi meg et eksempel?**
- S Hvordan er forholdet til foreldrene dine nå?**
- W Hvordan har forholdet til dine foreldre da du var barn, eventuelt andre tidlige erfaringer, forberedt deg til kjærlighetsforhold i tenårene og som voksen? For eksempel, hadde disse noe å si for om du giftet deg, hvordan du valgte kone / mann / partner eller hvordan du forholder deg til kjærlighetsforhold? Vær forberedt på å bryte spørsmålsstillingen ned i mindre enheter.**
- H Når det gjelder ditt nåværende liv, har du en partner nå? Barn?**
Modifiser spørsmålene hvis dette allerede er informert om. Hvis personen har partner eller barn, spør:
- W Hvordan føles det for deg når du er adskilt fra barna dine? Partneren din?**

Del VII: Avsluttende integrerende spørsmål

- W Når du nå tenker over alt du har fortalt meg, hva tror du selv at du har lært av dine erfaringer som barn?**
- W Nå som du er voksen, er det noen ting du ønsker å gjøre med barna dine som ligner på det foreldrene dine gjorde?**
Spør etter detaljer.
- W Hvordan vil du beskrive deg selv nå, som voksen? Hvordan vil andre beskrive deg?**

Jeg har spurt deg om ditt forhold til foreldrene dine fra barndom og opp til nå. Er det noe mer du ønsker å tilføye som er viktig for å forstå deg som voksen?

Etter denne typen intervju hender det av og til at man blir gående og tenke på disse temaene etter intervjuet. Hvis du skulle kjenne det altfor ubehagelig, eller går og tenker på det for mye, vær snill å ikke nøle med å kontakte meg. I alle fall skal du ha tusen takk.

P = procedural probe

I = imaged memory

S = semantic probe

E = episodic probe

W = integrative probe of working memory

H = historical or demographic question

U = lack of resolution of trauma or loss